中国拳术与气功丛书

吴式太极剑

王培生 编著



中国展望出版社

中国拳术与气功丛书

吴式太极剑

王培生 编著

中国展望出版社
一九八七年·北京

内容提要

中国的武术和气功，历史悠久，遐迩闻名，深受群众的喜爱和欢迎。为了发掘我国宝贵的武术医学遗产，我们编辑出版了《中国拳术与气功丛书》。这套丛书介绍了我国优秀的武术套路和气功疗法等，对广大群众保健强身，却病延年大有裨益。

太极剑是颇受群众欢迎的运动项目之一。本书详尽介绍了吴式太极剑六十四式的剑路动作和用法，对其保健养生和技击的实用价值也作了阐述，并配有插图，可供武术爱好者学习参考。

中国拳术与气功丛书

吴式太极剑

王培生 编著

●

中国展望出版社出版

（北京西城区太平桥大街4号）

大白楼印刷厂印刷

新华书店首都发行所发行

开本787×1092毫米1/32　印张7.125　字数160千字

1987年10月北京第1版　1987年10月第1次印刷

印数1—19000册

ISBN7-5050-0030-6/G·5

统一书号：7271·178　定价：1.80元

玄玄太极一剑
内含天地阴阳
外符周易八卦
动如雷霆之怒
静似江海之凝
翩有惊鸿之姿
婉具游龙之状
於意态闲宁之中
而又气势磅礴
其精妙绝伦
令人叹为观止
我中华武功源
远流長神力玄妙

观王培生
先生舞剑
有感而题

高士其

序

余自幼尝听“刘邦仗剑斩蛇”，“祖逖闻鸡起舞”的故事，深爱剑术。方孩提时，则削木为兵，当庭而舞；年及长，投师学艺。当时贪恋套路花式，曾学“三才剑”、“纯阳剑、“青龙剑”等多种套路，翩然起舞，自觉愉悦。然此时，实不知剑术之内涵，甚至勾、挂、劈、斩的简单攻防意识，皆不明。那些纷繁剑路，也随着学业增多，无暇练习而淡忘矣。

二十六年前，余进北京师范大学文学系读书，得遇吾师王培生先生，学拳谈艺，始觉培生先生武学之博大精深，实非前人能比。后从培生师学剑术三十二式。此剑术最基本之路数也，然而，经先生剖析示范，则剑术之真髓，每招每式之神韵，昭然若扬也。二十年前余曾将此三十二式，教授师大体育教研室之女教师，作为师大女生教材推广。去岁在文化部干训班，又向同班诸友传习，将培生师傅授之剑理，略叙一二，则学者惊喜，纷言“听君一席话，胜练十年剑”。余实拾吾师培生先生之牙慧也。而三十二式，乃剑术入门，此吴式太极剑六十四式，才是剑术之上乘也。披阅培生先生之书，深觉此书可称剑经集锦，技击精义。剑乃百兵之君，此《吴式太极剑》一书，每招每式，先生皆细剖详论，以拳理释剑技，养生健体，制敌取胜之道皆明也。细读此书，潜心演练，则不只能得吴式太极剑之法门，而且可悟出中国剑术之

真谛，进而得短兵之要领也。剑技之道，自春秋战国越女论剑，到晋文帝曹丕巧胜邓展将军，可谓源远流长矣，然此部《吴式太极剑》实贯古襄今，集剑术之大成也。

文化部中国艺术研究院

《舞蹈艺术》丛刊副主编　**刘峻骧**

前　　言

宝剑是百般兵刃之帅。优美的剑术起若飞凤，落如游龙。体态温柔而刚健，形神文雅而大方。舞剑不仅可以锻炼体魄，还可以陶冶人的性情，使之却病延年，永葆青春。所以剑术实为劳动人民所创造，也为劳动人民所喜爱。故此剑术之道，历史悠久，代有人传。

据说西汉辞赋家司马相如就善此道。唐代著名武术家斐旻将军在马上舞剑时，也常常出手"掷剑八方，高数十丈"，并能以剑鞘承接。这种准确性、技巧性近似杂技艺术。福建京剧团的《真假美猴王》中孙悟空耍剑，就运用了斐旻剑鞘接剑的技巧。可见古书中的描写并非虚妄。

在清之道光、咸丰、同治、光绪、宣统及民国初期，北京有许多著名的武术家如："雄县刘"（刘世俊）为岳氏连拳的传人。他的高足"大枪刘"（刘德宽），后来拜董海川为师学习八卦掌。纪德（字子修）也是"雄县刘"的入室弟子，他在北京旗营（神机营）又从扬露禅学习太极拳、械。同时，纪德又与旗人全佑、常远亭等人常相往来，在一起钻研技艺。他们集体总结出了"四势枪五蹦、七星杆、太极粘杆、太极刀、太极剑、七星剑、判子降魔剑、纯阳剑、昆吾剑"等等。后经全佑之子艾绅（即吴鉴泉）和其门人王有林（字茂斋）、郭芬（字松亭）等人秉承前人所授之技艺再传后人。纪子修和吴鉴泉过去在北平体育研究社任教时，曾将上述各项器械套路作为国术教材。王茂斋也将太极拳、械传给了得

意门生赵铁安、杨瑞霖（字禹廷）、彭仁轩（字广义）等人。杨禹廷善长剑术，得杨师真传者赵安祥（字步云）、吴连祯、王力泉（字培生）等人接续相传，此剑现流传很广。

吾自幼爱武，尤爱剑术。早年蒙杨禹廷老师传我吴式太极宝剑真艺，多年来遵师嘱秉艺志，朝夕演研从无间断，集几十年体用心得，深感此艺意兴无穷。

为了继承和发扬吴式太极剑的真艺，愿和志同道合者共勉，集自己多年的体用心得，整理成册供读者研习参考，并希同好指正。

王培生

目　　次

第一节　吴式太极剑的特点

此剑共六十四势，亦称十三势剑。它的姿势优美，用法奥妙。动作全以腰腿为主，但均不脱离拳理，更要依据练拳之原则进行习练。

1.身法方面

应做到“虚领顶劲，气沉丹田，含胸拔背，松肩坠肘，力由脊发。”其出剑内劲起于丹田，发自脊背，由臂达于剑尖。发时要有的放矢（如矢之赴的），勇往直前。人剑微动而已剑已到。由着心悟体练，然后可以出神入化。此时方能呈现出“身随剑走，剑掩身形，身剑合一”的身法特点。

2.手法方面

应注意运用十三字诀，尤要做到不招不架，不封不闭（即使对方器械与己剑不磕不碰）并且要以“逢坚避刃”、“遇隙削刚”的性能来施展剑法的特点。

3.用劲方面

①应按每一剑法的作用和目的运动。一般动作，应掌握悠然持久，含神不露，含劲不发，著刚柔相济之劲，所谓全柔者不能达其法；全刚者不能贯其意；刚而不强，柔而不弱，此属练剑中易学难精之处。初学者多半会呈现出动作僵

硬、间断或姿势不准确等情况，这不仅是由于腰腿没有功夫，而且是对于剑的动作要求和要领不够明瞭所致。

②必须知道“剑”（除尖刃外），为两面有口利器，不分反正面，两面均可使用，而且非常锐利。所以决不可有以手抽拉或靠近身体或盘头拦腰等动作，否则一不留意便会发生事故。此外，还应知道舞剑和劈刀的动作有截然不同的要求。常言道，“刀如猛虎”“剑如飞凤”，可见其特点与风格皆不相同。如：劈刀，动作多半是缠头过脑，裹脑缠头和撬砍劈剁，腾挪闪战，蹿蹦跳跃等；然而，舞剑则没有上述动作，舞剑时必须周身轻灵，动作敏捷，精神提起，功贯于顶，呼吸自然，眼视剑尖，使精气神与剑合一。

③握剑与用劲的关系很重要。持剑必须得法，即“手心要空使剑活，足心要空行步捷。”这就是说，手持剑须轻松灵活，不可握剑太紧，有碍活用。只须以大指、中指、无名指三指持之，食指与小指宜时常松开，掌中亦当空虚如持笔状。这样才能使全身的劲儿，由腰、肘贯穿剑身到达剑尖，方能锻炼出优美的剑法。如果死把紧握的话，劲力便会停滞在手臂，不能达到剑锋；握得太松，软弱无力，剑身容易摆动，同时易被对方击掉。

宝剑使用时，效用最显著处，还是用来攻人手腕。在与人用武器格斗时，如能首剑其腕，则对方所持器械即失其效用。过去所用的名剑在剑锋二三寸处必须非常锐利，用此处可攻人之腕，刺人之心，刺人之膝。

此外，用剑时应注意，务使另一手常置剑镡之后，勿越过前。所谓“单刀看手”“宝剑看镡”即指此而言。

对于剑诀（即诀指）捏法，应将拇指和无名指及小指屈

扣一起（勿使指甲露出）；食、中两指并拢伸直，如此可以起到调气的作用。

在用剑时，应注意剑法、剑诀等基本要领。

所谓剑法（又称亮掌诀），即将食、中两指并拢伸直，无名指和小指的中节与稍节屈扣向后；拇指稍节屈扣向前即妥。剑法既可用于点人穴道，又可以辅佐剑术使用中的不足之处。

剑诀与剑法，虽然在手形上和作用上有所不同，但对于身体的平衡动作和稳定重心所起的作用是一致的。这中间有着极其重要的关系，尤对用剑的助力关系甚为明显。它好象飞鸟的翅膀那样协调，左呼右应，自然开合，双手要有充分连络才能发出充足的劲儿来。

吴式剑的主要特点在于实用，因为它没有空招，每个动作都有其技击作用。同时，它的动作姿态也是优美的。吴式剑的每一招、每一式都是根据太极拳的理论和要求进行运转和操练，所以在完成定势式动势中，都是通过"进攻式防守"的需要而产生的"阴阳、虚实、动静、刚柔"等等变幻无穷和优美大方的姿势。在实用中又依据"方可成圆，圆可成方"和"顺乎自然"的要领而呈现出形形色色、各不相同的雄健和刚柔的形象。所以舞剑时，盘旋回绕翻舞，人犹如游龙，剑光恰似闪电；动急则急应，动缓则缓随；忽隐忽现，变化多端。只有这样，才能真正体现出舞剑所谓之"舞"字之含意。同时，通过此剑内景与外象的巧妙配合，则又表现出它精炼而较高的艺术性。

第二节　舞剑的基本知识

（一）剑的各部位名称

剑是两刃而有脊，自脊至刃之腊刃，又谓之锷；刃以下与把分隔者，谓之首；首以下把握之处曰茎；茎端施环曰镡。

上述各部位名称，在一个位置上就有几种不同的称呼。如剑尖称作剑锋，又名鼻端；剑茎又名剑柄、剑把；剑首又名扶手、护手、吞口、云头、偃月环；剑身，首以上统称为身；剑脊又名剑背、剑锷；剑鞘又名壳；挽手称剑袍，又名穗头、流鬓。

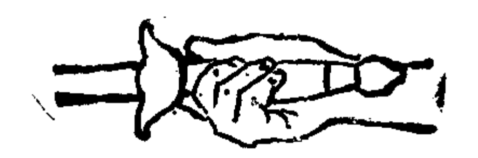
太极剑系属于步剑，动作比较复杂，起舞盘旋剑圈很多，所以这种丝绳的穗头很容易缠着自己的手臂反觉得累赘。同时，由于左右手持剑轮换的次数频繁，故不应有穗头。古人讲，文剑有穗，武剑无穗，即指此而言。

（二）剑把的名称

剑把的名称，一般是根据握剑的手形而定。了解这一点后，再学习剑之用法，对于当时所使的是什么字诀的剑法，则应配合什么样的剑把得利与不得利的关系，就容易理解了。吴式太极剑的剑把名称有下列七种：

1.阴把

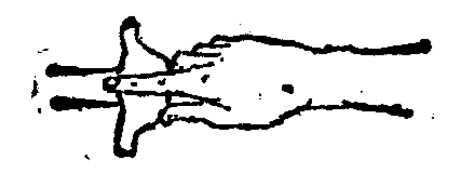
凡手心朝天，手背朝地（或手心的角度大部分朝地）者（图A—1）。



图A—1

2.阳把

凡手背朝天，手心朝地（或手背角度大部分朝天）者（图A—2）。



图A—2

3.顺把

凡手心朝左，大指朝天，小指朝地（或手心角度大部分朝左）者(图A—3)。



图A—3

4.逆把

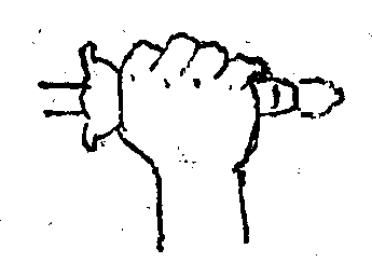
凡手心朝右，大指朝右，小指朝上（或手心角度大部分朝右）者(图A—4)。



图A—4

5.内把

凡手心朝自己,手背朝外，拳骨朝天或朝地者(A—5)。



图A—5

6. 外把

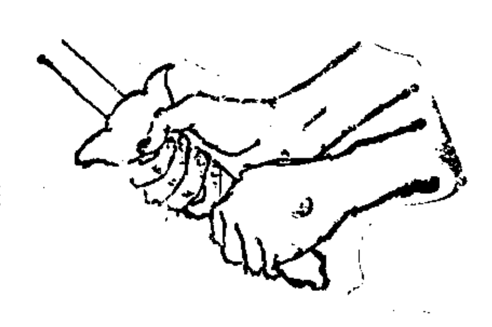
凡手背朝自己，手心朝外，拳骨朝天者(图A—6)。



图A—6

7. 合把

又称阴阳把。凡左右两手，手心相向同时握住剑柄者(图A—7)。



图A—7

（三）挽剑花

又名剑圈。剑圈即是此式与彼式御接中的过渡动作，是防守和攻取的方法。例如，人们常说的使了个花招是“虚”，而剑点则为“实”。当然，花招是虚晃一下，是声东击西，给人一个虚空假相。其实，行剑圈的方法也是虚虚实实变化多端的。以手腕为轴心向进取的方向抖出一种劲儿，这是有的放矣，这个矢与的的结合点叫剑点，使剑尖划出大小不等、形状不同的弧线或圆圈，这一动作就叫剑圈，或称搅花、打花、绕花（挽花）都是一个意思，故剑圈即剑花。

剑花的大小全凭腕、肘、腰三部分的转动和步法的配合。比如，手腕拧一下转出的剑花，可象碗口一样大，也可以象水桶一样大；肘节转一下，剑花可象车轮一样大，也可以象桌面那样大；腰部扭一下，再加上步伐，这个剑花大得可以和桥洞相比了。

一套完整的剑路必有各种不同形状的剑圈，若能将这许多剑圈用均匀的快速度御接成为一体，围绕周身的四面八方，使剑花旋转无空隙可入，长此锻炼下去方能达到“只见剑光不见人”的高深境界。

常见的剑圈有以下几种：

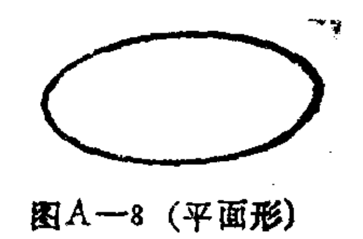
1.平面圈

又叫云顶。就是在自己头上划一个圆圈。

作法

剑尖向前，平面向左，经右由右后向前（如摇搌旗子），用阴把剑攻敌者，称顺挽平面花；倒转方向称逆挽平面花

（如图A—8）。



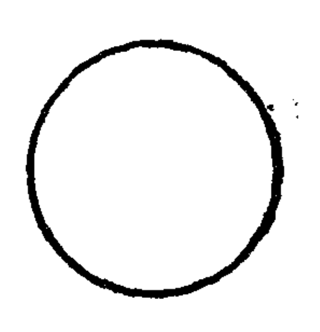
图A—8（平面形）

2.立圈

又叫迎脸圈。就是在自己正前方划一个圆圈。

作法

剑尖向前，由左向右抡一圆轨迹（如拿笔在墙上划一圆圈）。不论什么剑把，均叫顺挽立花；倒转方向则称逆转立花（或迎脸花）（如图A—9）。



图A—9（立体形）

3.旁圈

又叫侧圈。就是在自己左（右）侧划一个圆圈。

作法

剑尖向前，在左侧旁向下、向后，由上复前，再向下、

向后、向上复向前（这样不停的运转动态，好似孩童跳绳一样）。用顺把叫顺挽旁花，倒转方向称逆挽旁花（或侧面花）（如图A—10)。



图A—10（侧形）

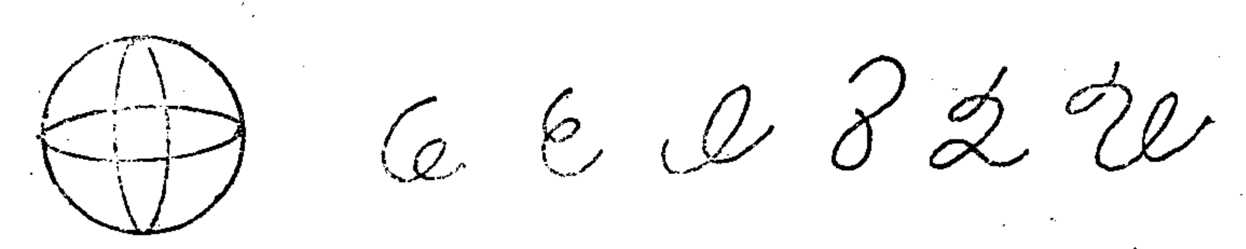
4.多种形剑圈

就是在自己周身前后、左右、上下环绕，任意划圈，再配合上“身随剑走，剑挽身形”的身法、步法和眼神等协调动作，则形成多种形状的剑圈。

作法

快速连续交错的动作，加上多种形状的剑花，实际上就连环套在一起了（如风车般的缠绕在身体的周围，这说明大小剑圈的角度和形状是有内在联系的）。

剑圈有椭圆形、半月形，扁圆形、波浪式和连环套等；有的起手带一个小圈、有的末尾接一个小圈（如图A—11)。



图A—11（多种形状）

总之，这些形状有一个共同点，即都是用剑尖划出的弧线形轨迹。虽然它们错综复杂，但归纳起来，基本形态只有平面形、立体形、侧形三种；作法只是顺挽花和逆挽花两种。

剑圈是击剑术的精华。行剑圈的目的，就是超越近路攻取对方，或声东击西或格开来械，紧接着就是还手或逼使对方成死角，自己先跑到有利地位。如：人拿花枪刺我，我先用剑掠去其锋芒，即用上半个剑圈（由左向上、向后），进一步紧接着还击，即用下半个剑圈（由后向下、向前）。此时，对方已被我逼近，他只剩后半截木把，除能用推术之外，已无能为力了。故剑圈不是浮光掠影而是剑术之精华。

行使这种技巧，重要的是镇定不乱，乘隙而入；还应冷静沉着审度来势，有时要故意让来剑入怀，但这就需要有较高的躲闪避让的功夫，才能达到随心所欲的目的。

（四）练剑的基本功

第一，要手腕灵活。经常要做甩腰和扳腕的练习，以增强小臂的耐力和与腕关节骨膜的关系，从而提高腕关节的灵活性，以及指端的弹性。手腕有了功夫之后，练剑时手持宝剑就象树叶生长在树枝上那么自然。

然而，手与脚还要配合协调一致，即上下要相随才不致于出剑没劲。

第二，腰腿要有功夫。剑法练得好坏，主要靠腰腿上功夫的深浅而定。同时，必须在基本步法的训练上下功夫不可。因为步法的灵活性与稳定性，对出剑的远近和正确的程度有极大的关系。

一般步法是指每个式子双脚所采取的姿势。此剑所运用的步法约有以下几种：

1.并步

无论身体直立或下蹲，只要两脚靠拢并齐即称并步（图A—12）。



图A—12

2.坐步

上体下蹲，体重寄于一腿，另一腿前伸，脚跟着地，脚尖翘起，或脚掌平放在地面上，均称坐步（图A—13）。



图A—13

3.弓步

两脚前后站立，前腿屈膝前拱，后腿腘窝肌健伸直为度，体重寄于前腿。过去术语称此步为“弓箭步”（由于屈腿弧形象弓，直腿象箭，故有此称。），还有称“松裆弓”或“叠裆弓式”（图A—14）。

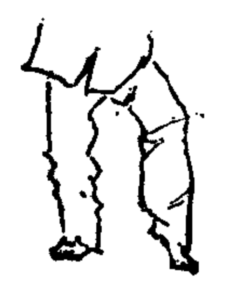


图A—14

4.虚步

虚步即虚式有高架和低架两种，各式都有左右之分，以支重的命名。例如，右脚在前，左脚在后为实则称左虚。

虚式又称“寒鸡步”。高架是“丁虚步”，即身体直立，两脚一横一竖成丁字，故称“丁虚”；低架是“跨虚步”，即上体下蹲，体重寄于后腿裆要裹圆，后脚成坡形，前脚以大脚趾虚沾地面。（因状似斜坐在车的边缘或跨坐在虎背上，故称“跨虚”（图A—15①、图A—15②）。



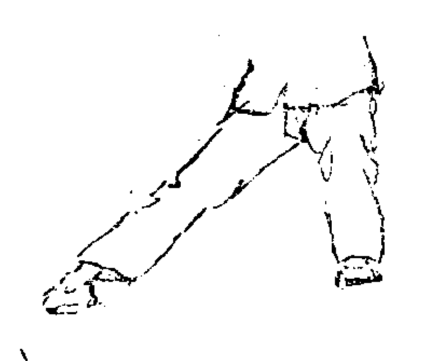
图A—15①



图A—15②

5.铺步

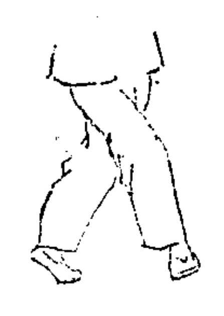
铺步是指直腿距离地面很近的样子。其做法是后脚腿部弯屈支撑体重80%以上，身体竖直，前脚成横一字形，前脚全脚掌要平贴地面（图A—16）。



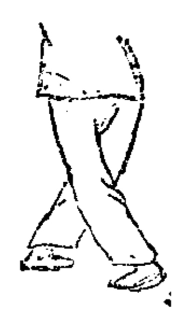
图A—16

6.歇步

歇步是指此动作的姿态象征着休息的样子。歇步又是背步（倒插步或搅花步），此式动作先上右脚，左脚由右脚后方进半步，脚前掌着地，脚跟虚起；如左脚在前，右脚随之向左脚前落下，此式称“盖步”。做“盖步式蹲身下坐时，要求身体正直，臀部离脚跟一拳到两拳，双脚变式能同时跳起。此式又称“探步坐盘式”或“盖步坐盘式”等（图A—17①、图A—17②、图A—17③、图A—17④)。



图A—17①



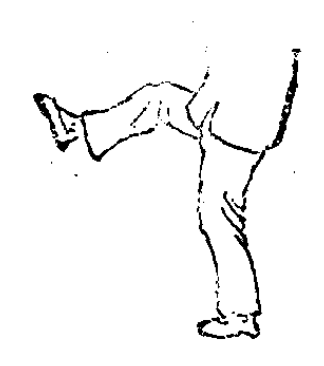
图A—17②

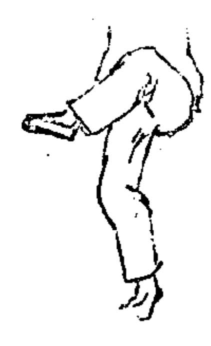

图A—17③


图A—17④

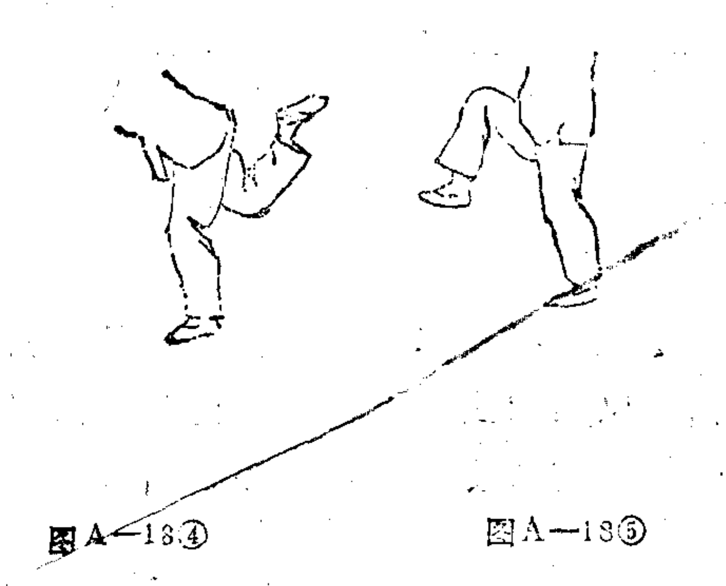
7. 独立步

凡是一腿支撑体重，另一腿抬起或置身前、身后、身左、身右，无论其姿式如何，只要能够保持该脚垂悬不落，即称独立步（图A—18①、图A—18②、图A—18③、图A—18④、图A—18⑤）。


图A—18①


图A—18②


图A—18③


图A—18④　　图A—18⑤

第三节　吴式太极剑十三字诀释义

（一）击字诀

击字之意，好似以石投物的状态，其形势又如敲钟击磬一般。

击有正击、反击两种。反击用阳把剑，剑由右向左平击敌之腕指，剑刃朝左右，如击磬之式，左诀指向右后方撑开，步法为右弓式；正击腕，头走直线。反击腕，耳走横斜线。两法的区别即在此。还有扣腕击是用内把剑，剑尖自下翻上击敌之腕，左诀指扶右手而行，步法形成歇步。

（二）刺字诀

刺字之意是以尖戳的状态，即以剑锋直入物体之内。

刺有侧刺、平刺两法。侧刺用顺把剑，刺出剑刃朝上下，左诀指作半圆形向后撑开，步法为上步向前的弓步；平刺、反腕刺、独立刺，无论如何刺法均以剑锋直戳为主。步法因之也有所不同。

（三）格字诀

格字的意思是阻拦，其势是格拒来械的进击。

格有下格、反格两法。下格用顺把剑，由斜角自下而上挑格敌之下腕（如钓鱼姿势），身体略偏右方，左诀指作半

圆形置于左额前上方，步法为右弓式；反格是避敌来的近身之剑，用逆把剑格拒来剑，又如抓物向上格击敌腕，左诀指向后撑开，有时助右手而行，此法较险，非身法灵活，不可轻易让剑入怀。步法多用虚步，有时在避剑时，须用抬腿独立步。

（四）洗字诀

洗字的意思是用水冲洗，其势自上而下或自下而上，似用喷壶浇花状。

洗剑用逆把剑，持剑上步猛攻敌身，剑由下而上为倒臂之势，左诀指向后撑开；步法系上步右弓式。

上述击、刺、格、洗四法在剑术中属主要用法，也是在对敌时经常使用的招法。

（五）抽字诀

抽字之意是拔取之状，其势如抽丝。

抽有上抽、下抽两法，又分抽腰、抽腿。抽剑都用阳把剑，即剑尖向前，在敌腕之下或往上抽拉，顺势割其腕部。同时，左诀指作半圆形置左额角前上方；如抽腰、抽腿时，左诀指随右手而行。步法皆是右弓步。

（六）带字诀

带字之意是顺手带过来，其势为往回拖拉之状。

带有直带、平带两法。直带采用顺把剑，即剑尖向前在敌腕之下，自身略向后仰，顺势回带（兼崩势）其腕，此法系破敌上来之剑，左诀指扶剑柄而行，步法系右虚步。平带

分三种：①手上的剑尖在敌腕上往左前方推带，下手的剑尖在敌腕下向左右拖带，左诀指随右手而行；步法系独裆弓式。②剑尖在腕上，剑自左向右往后抹带如筛米状，断敌腕处，左诀指随右手而行；步法如上右脚可做歇步，上左脚可做弓步。③剑尖指向敌喉，粘住敌剑向右侧后带回，复趁势刺敌喉，左诀指扶右手而行；步法往回带时前脚虚，往前刺时前脚实，后脚不动（即定步阴剑圈）。

（七）提字诀

提字之意是挈之向上，其势为提篮往上升的样子。

提有前提、后提两法。其势都用逆把剑，但身法有向前、向后之分，即身向前者为前提，身向后者为后提。前提翻腕向上如提物向上之势，使剑尖向敌外腕下扎。该式须剑把灵活方尽其妙；步法有时为弓步，有时为虚步。

（八）崩字诀

崩字之意似突然爆炸状，其势如鹊雀一叫，尾巴一翘的样子。

崩剑有正反两法。所谓正崩是用顺把剑使剑身不动，以腕力向上挑崩，如鹊雀翘尾之势直挑敌腕。同时，左诀指扶右手而行；步法系右弓式。所谓反崩是用逆把剑，配合“倒插步”（即探步坐盘式），此法全仗腰腿动作快捷，方能得力，同时，左诀指向后撑开并与步法及反崩剑等动作协调配合一致，方能奏效。

（九）劈字诀

劈字的意思是用斧子砍木头，其势以刃口由上而下将物劈开。

劈剑只一法，是用顺把剑自上而下直劈敌之头顶或手臂；左诀指向后撑开；步法系弓步式。

（十）点字诀

点字之意是说，石块从山上坠落下来，其势如蜻蜓点水。

点剑只一法，用顺把剑，手臂不动，以掌腕之力使剑尖突然直下点击敌腕，如金鸡啄米之势；左诀指作半圆形置于左额前上方；步法为右虚式或左弓式。

（十一）搅字诀

搅字之意是象搅拌粥锅，其势是以剑锋划圆圈。

搅剑有横搅、直搅两种。横搅用顺把剑作直角式上下翻绞。左诀指与右手迎剑开合如风车环转；步法在行走中左右虚实不定。直搅用阴把剑，左诀指扶右手，使剑尖围绕敌手腕螺旋形前进，务使剑尖圈小而剑把圈大。如上手回搅下手之腕，亦作螺旋形后退，且退且搅务使剑尖不离敌腕四周，自己之腕避下之搅而绕行步法，在行走中左右脚虚实不定。

（十二）压字诀

压字的意思是覆盖，其势如以重量往上覆盖。

压剑只一法，用阳把剑作直角式压住敌剑使之停滞，我得乘势而袭取之。压时剑尖稍向下使敌械无可逃脱。左诀指作半圆形撑开，或扶右手而行；步法系右弓式。

（十三）截字诀

截字的意思是割断，其势如拉锯断木。

截有四法：①平截，用阴把剑，引高剑把使剑尖下垂截敌之内腕。左诀指向后作半圆形；步法系右弓步式。②左截，用顺把剑，先避开敌刺我之剑，身向右偏，剑向左截，如推挫之势击其臂腕。同时，左诀指作半圆形向后撑开；步法系右弓式。③右截，仍用顺把剑，避开敌向我击来械，闪身向左顺挽旁花还击敌腕。左诀指作半圆形向后撑开；步法系上步，形成右弓式。④反截，用逆把剑，身向左偏，剑尖自上截下，如戳地之势以击敌臂腕。左诀指作半圆形置左耳后上方；步法系前虚后实“独裆弓式”。

第四节　吴式太极剑动作名称

预备式

1.并步持剑

2.弓步挤靠

3.右诀点刺

4.弓步横截

5.坐步迎锋

6.弓步回锋

7.坐步退锋

8.诀点頚睛

9.虚步下格

10.弓步点腋

11.铺步展臂

12.两臂圈合

13.指天划地

14.诀戳腋下

15.左拨右格

16.鐔点腋下

17.右拨左格

18.诀戳腋下

19.两臂分展

20.两臂圈合

第一剑　分剑七星

21.分臂横剑

22.弓步提剑

23.背步下截

24.平衡抽剑

第二剑　进步遮膝

25.坐步下截

26.弓步反撩

第三剑　翻身劈剑

27.背部提剑

28.翻身分臂

第四剑　上步撩膝

29.虚部上挑

30.弓步撩剑

第五剑　卧虎当门

31.长身截腕

32.虚步捧剑

第六剑　倒挂金铃

33.转身格挂

34.并步下截

第七剑　魁星提笔

35.转身横格

36.独立提撩

第八剑　指裆剑

37.并步垂钓

38.麒麟探险

第九剑　劈山夺宝

39.虚步左钩

40.盖步反挂

41.力劈华山

42.进身后夺

第十剑　逆鳞剑

43.右脚前进

44.弓步直刺

第十一剑　回身点

45.回身隐剑

46.进步点腕

第十二剑　沛公斩蛇

47.背步掤剑

48.上步拦腰

第十三剑　翻身提斗

49.盖步反挂

50.童子抱香

51.蹲身下截

52.独立上掤

第十四剑　猿猴舒背(臂)

53.虚步横格

54.跨虚展臂

第十五剑　樵夫问柴

55.盖步格带

56.拗步探刺

第十六剑　单鞭索喉

57.屈臂抽剑

58.提膝磨剑

59.换步拧腰

60.展臂索喉

第十七剑　退步撩阴三剑

61.回身拳剑

62.弓步虚臂

63.盖步反撩

64.虚步拳剑

65.弓步虚劈

66.盖步反撩

67.虚步拳剑

68.弓步虚劈

69.提膝顶剑

70.弓步反撩

第十八剑　卧虎当门

71.弓步托剑

72.虚步抱剑

第十九剑　梢公摇橹

73.转身回挂

74.长身提剑

第二十剑　顺水推舟

75.歇步沉剑

76.进步刺肋

第二十一剑　眉中点刺

77.松裆截腕

78.坐步抹腕

79.弓步追击

80.进步点玄

第二十二剑　退步反剪腕

81.缩步游身

82.背步错抹

第二十三剑　提步翻身剁

83.独立提格

84.半马劈夺

第二十四剑　玉女投针

85.长身前格

86.转身后拨

87.开裆反撑

88.探刺解溪

第二十五剑　海底擒鳌

89.分臂圈剑

90.歇步捧剑

91.提膝顶剑

92.凤凰寻窝

第二十六剑　翻身提斗

93.横架臂腕

94.童子抱香

95.拂尘飘摆

96.倒提垂扬

第二十七剑　反手式

97.青龙返首

98.转身加鞭

第二十八剑　进步栽剑

99.展臂飞翔

100.进步指裆

第二十九剑　左右提鞭

101.剑步调换

102.虚步后提

第三十剑　进步撩腕

103.垫步后劈

104.弓步撩腕

105.虚步带剑

106.弓步撩腕

第三十一剑　落花待扫

107.转身沉采

108.弓步扫膝

109.转身回挂

110.弓步撩膝

第三十二剑　左右翻身劈面

111.佯败虚劈

112.弓步劈面

113.带剑佯败
114.弓步劈面
第三十三剑　分手小云魔
115.分手合扫
116.虚步抱剑
117.换把圈刺
118.弓步掤截
第三十四剑　黄龙转身
119.剑刺三里
120.大鹏展翅
121.云朵飞旋
122.弓步掤剑
第三十五剑　迎风掸尘
123.虚步圈抱
124.歇步捧剑
125.坐步提挑
126.弓步探刺
127.虚步圈抱
128.歇步捧剑
129.坐步提挑
130.弓步探刺
第三十六剑　跳涧截拦
131.回身下截
132.提步外格
133.跳步劈拦
134.盖步反截
第三十七剑　左右卧鱼
135.长身上掤
136.背步加鞭
137.白鹤亮翅
138.燕落青萍
第三十八剑　抱月式
139.转身横扫
140.弓步圈刺
141.仰面后掤
142.虚步拦腰
第三十九剑　单鞭式
143.退步左拦
144.转身回扫
第四十剑　肘底提剑
145.卸步合剑
146.铺步抽压
147.弓步外格
148.独立架梁
第四十一剑　海底捞月
149.挑旗听风
150.枯树盘根
第四十二剑　横扫千军
151.摇身摆柳
152.捷足登山
153.顺步横剑
154.拗步横剑

155.捷足登山
156.摇身摆柳
157.顺步横剑
158.拗步横剑
第四十三剑 灵猫捕鼠
159.气贯长虹
160.高山滴水
161.干将入鞘
162.山崩喷洪
第四十四剑 蜻蜓点水
163.舟起双帆
164.剑点解溪
第四十五剑 黄蜂入洞
165.剑刺三里
166.虚步捧剑
第四十六剑 老叟携琴
167.盖步上掤
168.虚步捧剑
第四十七剑 云麾三舞
169.迎门劈顶
170.弓步带剑
171.转身劈顶
172.提膝下截
173.回身抱剑
174.胯虚截臂
175.迎门劈顶
176.弓步带剑
177.转身劈顶
178.提膝下截
179.回身抱剑
180.跨虚截臂
181.迎门劈顶
182.弓步带剑
183.转身劈顶
184.提膝下截
185.回身抱剑
186.跨虚截臂
第四十八剑 神女散花
187.铺步坠地
188.背步取膝
第四十九剑 妙手摘星
189.倒摘星斗
190.进步取睛
第五十剑 拨草寻蛇
191.掤圈反提
192.虚步提缠
193.垫步点刺
194.弓步崩点
195.掤圈反提
196.虚点提缠
197.垫步点刺
198.弓步崩点

第五十一剑　苍龙搅尾

199.回顾尾闾

200.撤步搅击

201.回顾尾闾

202.撤步搅击

203.回顾尾闾

204.撤步搅击

205.回顾尾闾

206.撤步搅击

第五十二剑　白蛇吐信

207.坐步缩锋

208.钢锋上伸

209.坐步缩锋

210.信息平吐

211.坐步缩锋

212.锋利解溪

第五十三剑　云照巫山

213.回身上扫

214.磨身锋旋

第五十四剑　李广射石

215.提膝藏锋

216.握弓镞矢

第五十五剑　抱月式

217.弓步圈刺

218.后掤拦腰

第五十六剑　单鞭式

219.退步左拦

220.转身回扫

第五十七剑　乌龙摆尾

221.探刺三里

222.燕翅撩腕

第五十八剑　鹞子穿林

223.虚步抱剑

224.垫步穿刺

225.退避藏锋

226.外挂上掤

227.飞身前刺

228.避锐柔锋

第五十九剑　进步中刺

229.盖步穿刺

230.半马直刺

第六十剑　农夫着锄

231.伏身沉剑

232.挑旗听风

233.回钩前劈

234.半马前刺

第六十一剑　钩挂带还

235.马裆铸钎

236.提膝外挂

237.擒臂劈顶

238.转身入海

第六十二剑　托梁换柱

239.提膝扬镡

240.挠步举鼎

第六十三剑　金针指南

241.剑镡坠落

242.弓步探臂

243.回身横拨

244.弓步镡击

第六十四剑　并步归原

245.四肢集中

246.诀指上掤

247.右臂右伸

248.右诀下垂

归原式

249.收剑入匣

第五节　吴式太极剑动作图解

预　备　势

1.并步持剑

面朝正南，两脚并齐，身体直立，两臂自然下垂。左手反握宝剑吞口（剑盘式护手），手背靠近左胯左侧，使剑刃



图　1

朝前后；右手手心向下捏好剑诀。随之，两膝微屈，上体略蹲。同时，左臂松肩坠肘，左手仍反持剑向前、向上方抬起，到剑镡高与鼻尖相平、前后对正为度；右诀指位置不变。两眼平视前方（图1、图2）。

用法

如对方右手持剑向我头顶猛劈下来，我则急忙移动身形



图 2

置其身之右侧，避开敌械。然后，抬起左臂以剑镡照其右手腕猛戳。

2.弓步挤靠

接上动，左脚向前迈出一步，脚尖微向里扣。随之，屈膝略蹲，体重寄于左腿；右腿在后舒直，两脚形成叠裆弓式。与此同时，右诀指扶左手脉门处。眼神注视前方（图3）。

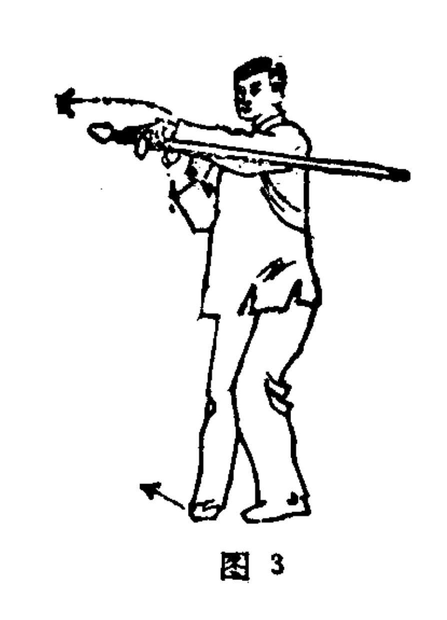


图 3

用法

如对方以剑刺我前胸，我即用剑柄虚格实粘其械，俟其撤剑后退之际，我仍使剑柄粘住其械紧紧跟随，而用挤靠之劲发之。

3.右诀点刺

接上动，向右转身，面向正西。同时，右脚也向正西移动半步，脚跟着地，脚尖翘起，体重仍在左腿形成左坐步。同时，右诀指臂舒直也朝正西方前指。眼神注视右诀指的前方（图4）。



图 4

用法

此招是与对方贴身靠近时用，即以右诀指戳点其颈动脉或腋下神经等部位。

4.弓步横截

接上动，右脚逐渐落平。随之，屈膝前弓；左腿在后舒直，两脚形成右弓式，体重在右腿。同时，左手剑屈臂横于胸前，手心朝前，虎口朝下，小指朝天，使剑刃朝上下，剑镡贴近右脉门。两眼平视前方(图5)。



图 5

用法

如对方以剑向我迎头劈来，我侧身躲开劈势，随即屈臂横剑，平截其右腕或臂部，使其械落臂断。

5.坐步迎锋

接上动，左膝松力，往后坐身，体重移于左腿；右腿舒直，脚跟虚沾地面，脚尖翘起，两脚形成坐步式。同时，右诀指也往后撤靠近右肋部；左手仍反握剑使剑镡不离脉门处。剑锋（即剑尖）朝向西南；剑刃仍朝上下。眼神注视前

方(图6)。

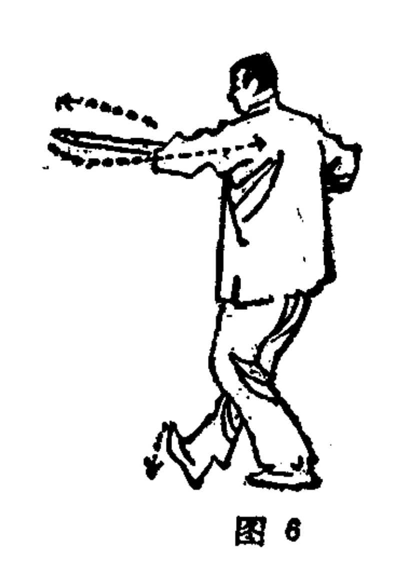


图 6

用法

如对方欲从我身左侧来袭击，我随即往后退身，体重寄于后腿；左手仍反握剑柄，剑镡贴近右脉门，使剑锋朝着敌胸、肋部保持形影不离。

6.弓步回锋

接上动，右脚逐渐放平，随之屈膝前拱；左脚在后，脚部伸直，形成右弓式。同时，右诀指在肋间使手心翻转向上，然后偕同左手剑（剑的形式不变，剑镡不离右脉门）向左前上方移动，至右脚落平时，再转向右前方伸出，高与肩平，右手心向上，体重移于右腿。两眼注视前方（图7）。

用法

如对方欲从我身左后方来袭时，我则将剑镡向右前方移动，使剑锋正对敌前胸，令其不敢再向前进。

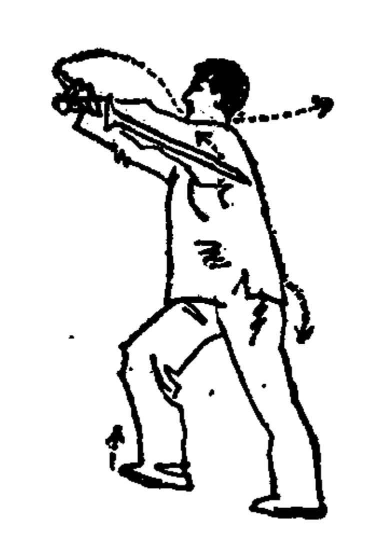


图 7

7.坐步退捋

左膝松力，往后坐身，体重移于左腿；右腿舒直，脚跟着地，脚尖翘起，形成左坐步式。同时，右诀指（手心向上）臂微屈，朝右后（东北）方移动，至右额角前上方为度。眼神注视右诀指的指尖（图8）。



图 8

用法

此动作是以两臂与对方持械的、和无持械的手绞在一处时，即用捋劲朝己身之右后上方粘提。

8.诀点颈睛

接上动，眼神转移注视西南方，右诀指也朝西南方指出（臂伸直）；左手剑形式不变，剑鐔始终不离右脉门。同时，以右脚脚跟为轴，脚尖向里扣与左脚形成个八步，随之屈膝略蹲，体重移于右腿（图9）。



图 9

用法

此式系以右诀指先将对方击来之械化开，然后再以右诀指戳点其颈动脉或眼睛。

9.虚步下格

右臂微屈使右诀指自然抬起至虎口靠近右耳孔；同

时，左脚跟虚悬后转，使两脚形成丁虚步，体重仍在右腿。眼神转向左后下方（东北）；同时，左手剑也向左后下方使剑镡朝下，剑锋朝上，靠近左腿外侧（图10）。



图 10

用法

如对方持械向我左腿来击，我则将左臂伸直以剑锷粘贴敌械向外横格。

10. 弓步点腕

左脚向左前方迈进半步，随之，屈膝前拱，与后面右腿伸直形成左弓步，体重移于左腿。两眼向前（正东）平视。右诀指直臂向前指出；左手剑直臂自然下垂，使手背靠近左胯，剑刃朝前后，剑镡与剑锋保持上下成一直线（图11）。

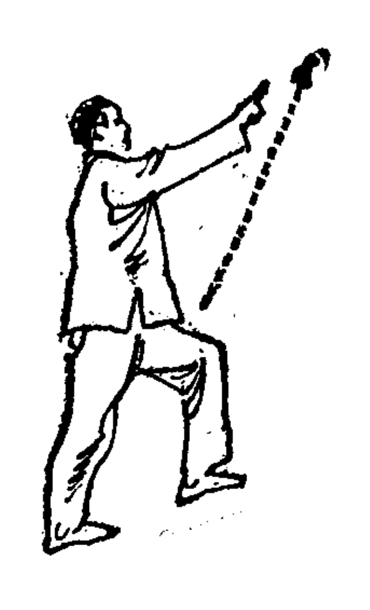


图 11

用法

先以左手剑格开敌械，乘隙再以右诀指戳点其腋下神经。

11. 铺步展臂

左手剑向前（正东）抬起与右脉门相触之后，右诀指立即向右（正南）、向后（正西）平移，至左右两臂形成一条横直线。此时，左手剑与右诀指的手心均朝身背后，虎口均

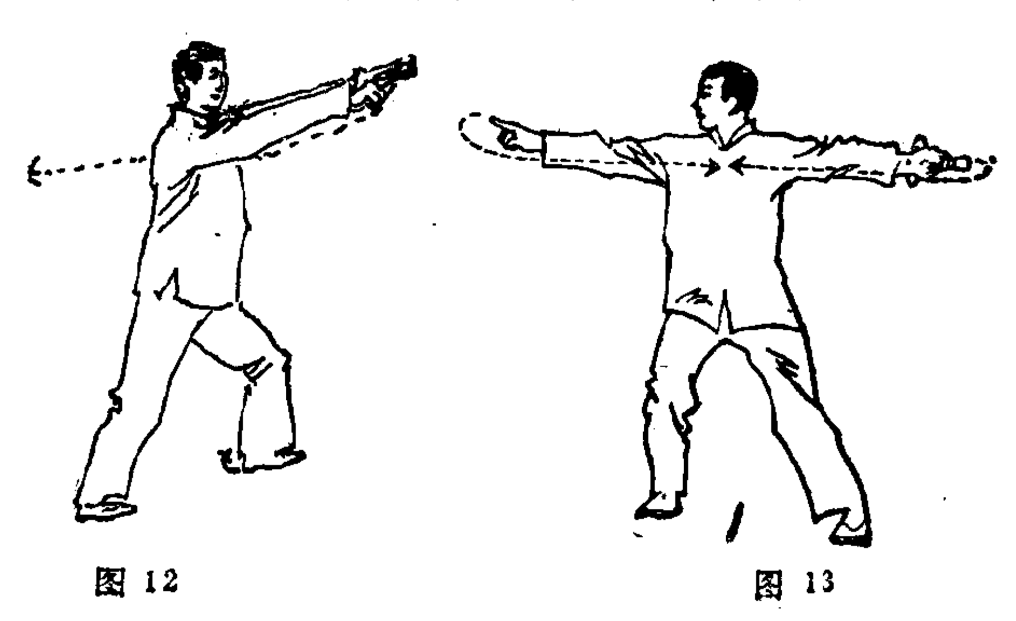


图 12　　图 13

朝下，小指反朝天，剑镡紧贴脊背。同时，上体向右转成90°（面向正南）。右脚脚跟虚悬后转，使脚尖转向南，随后屈膝略蹲，体重寄于右腿；左腿伸直，左脚脚尖也转向南，左右脚形成右铺步。上体直立，两眼向前（正南）平远视（图12、图13）。

用法

此动作先以剑镡分开敌来械，在其身与械隔断联系之际，随即进步套钻其腿部，并展臂将敌携起，可任意掷之。

12.两臂圈合

接上动。两臂屈肘，使左手剑与右诀指，同时由左右两端平行折回集中在胸前。两手手心均朝前，拇指朝地，小指朝天，并以右诀指扶住剑镡。同时，左膝松力，收左脚与左膝成上下垂直线。这时，两脚形成右胯虚步，体重仍在右腿。左手剑仍反握，使剑镡紧贴背、臂，剑刃朝上下，剑锋朝左（正东）。两眼顺剑锋上方远视（图14）。

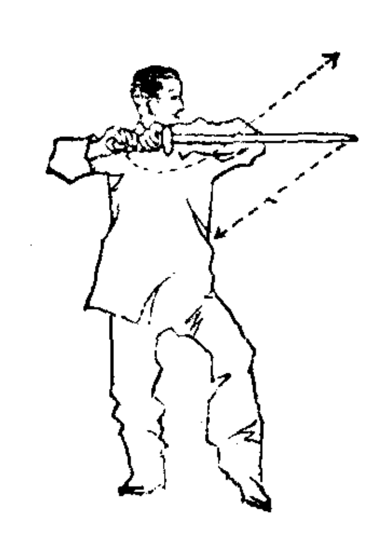


图 14

用法

此动作用于发现敌有空隙可乘之际，使鐔、诀循隙并进攻其胸、肋等部位。

13.指天划地

松右肩，坠右肘，使右诀指靠近右耳。同时，左手剑使剑鐔朝天、向左前上方横拨，随即转移向下，也往左前下方横拨。这时左臂下垂靠近左膝外侧。剑鐔朝地，剑锋朝天。步子不动，仍成胯虚步。眼神始终追随剑鐔运转（图15、图16）。

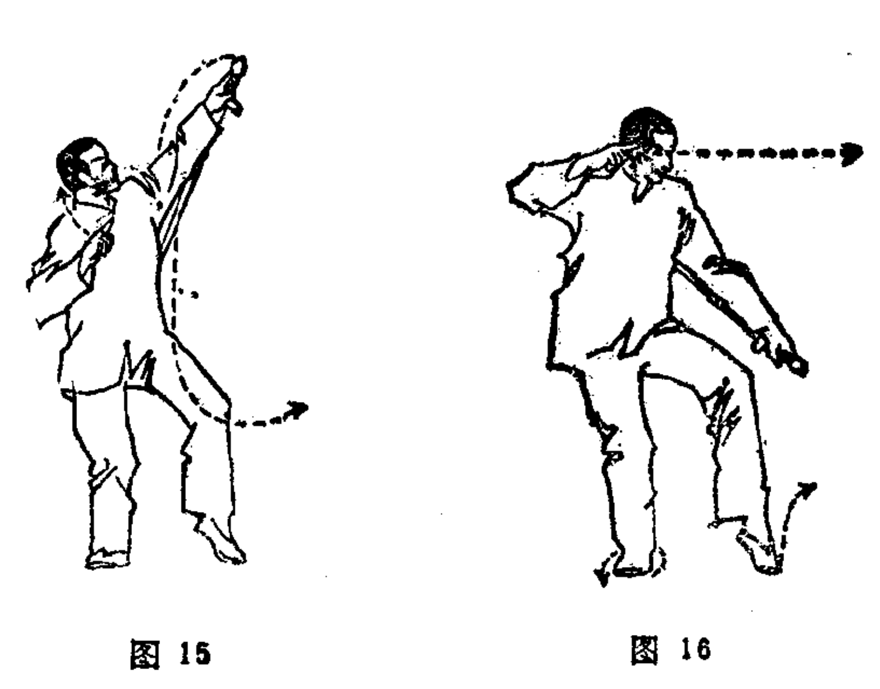


图 15　　图 16

用法

如对方以械向我头部直击，我则用剑柄和剑锷等部位与敌械相粘贴后再往外上方横拨。如对方以械朝我腿部击来，我则用剑鐔或剑锷先与其械粘住后，再向左前下方横拨，其中寓有待发之势。

14.诀戳腋下

左脚向左前方迈进一步，随之屈膝前拱，右脚在后，腘窝肌腱舒直，体重移于左腿，两脚成左弓步。同时，右诀指直臂向前伸出。左手剑直臂下垂，使手背靠近左胯，剑镡朝地，剑锋朝天，上下保持形成一直线。两眼向前平远视（图17）。



图 17

用法

如对方以械朝我下腹部或腿部击来，我则先以剑锷封格其械，随之，进左步并以右诀指朝对方前胸心窝处或腋下神经处发劲戳点。

15.左拨右格

左手剑屈臂上提，使剑镡朝天，虎口靠近左肩前。同时，右诀指直臂向右前下方，掌心朝下，步子不动仍为左弓式。眼神注视右诀指（图18）。

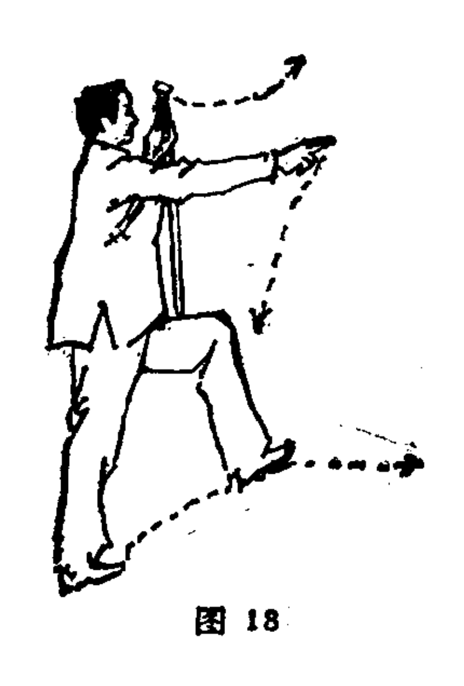


图 18

用法

此动作是破对方以上下同时向我进击之法。如对方持械击我面部，并以左腿踢我下腹时，我则用剑柄格开其械，并以右臂朝外侧横拨其腿。此为上下封格、左右分争之法。

16.鐔点腋下

右脚由身后向身前右方迈进一步，须走弧形（即先收右脚与左脚靠拢之后，再向右前方迈出）。随之，屈膝前拱，左腿在后伸直，体重移于右腿。这时两脚已形成右弓步。同时，左手剑直臂使剑鐔朝前直戳（点）之；右诀指的手心朝下沉采，靠近右膝旁。两眼注视剑鐔前方（图19）。

用法

如对方以左脚踢我腹部，我即用右臂粘其腿中部朝外侧横拨，或进右步朝其裆内迈进，与落步的同时，左手剑以剑鐔向对方前胸或腋下点击。

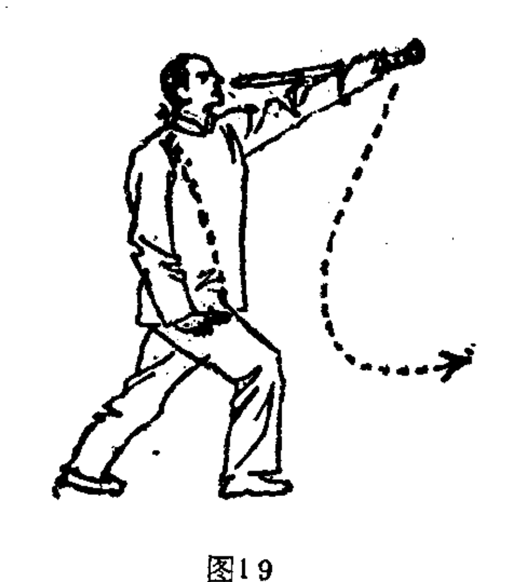


图19

17.右拨左格

右诀指屈臂上提，使虎口靠近右耳。同时，左手剑以剑镡引导向左前下方，用剑锷中部先粘贴其械再往左横拨。步法仍是右弓式，体重在右腿。眼神随剑镡移动(图20)。

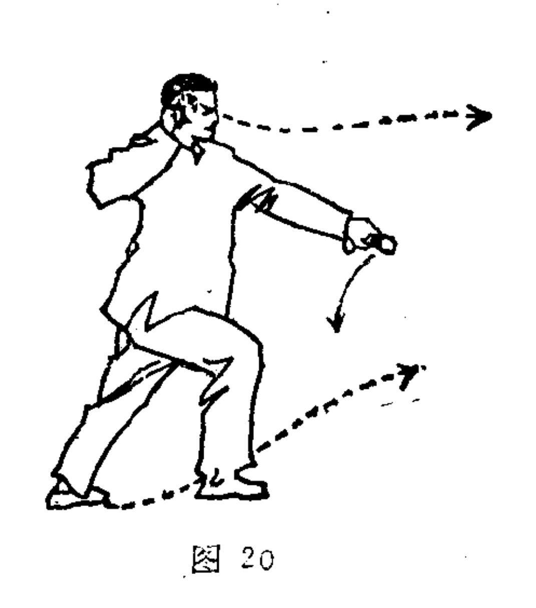


图 20

用法

如敌攻我上，以诀拨其臂；敌攻我下部，则用剑格其械。总之，以化开敌进攻为主，还击为次。

18.诀戳腋下

左脚由后方，向左前迈一大步，须走弧形。随之，屈膝前拱，体重寄于左腿。左右两脚形成左弓式。同时，右诀指从右耳旁向前直臂伸出：左手剑向后移至左胯旁，左臂垂直，使手背靠近左胯，剑刃朝前后，剑鐔朝地，剑锋朝天。眼神注视右诀指前方(图21)。

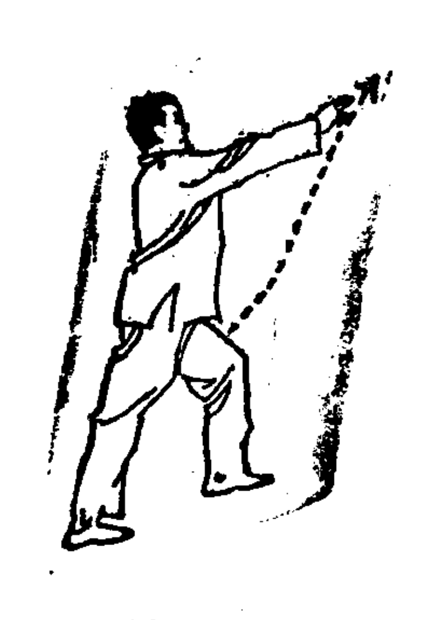


图 21

用法

如对方持剑击我腹部，我即用剑锷格开其械，然后迈进左步；以右诀指朝对方腋下发劲戳点。

19.两臂分展

左手剑直臂前伸，与右诀指相遇之后，立即往左右分开。眼神注视右诀指。当诀指朝正南时，右脚跟虚悬后转使脚尖朝正南，上体也转向南。至右诀指展臂伸向正西时，左脚跟向外开使脚尖也朝南，体重移于右腿，两脚形成右铺

步。这时，左手剑反握使手心朝后，虎口朝地，小指朝天。剑锷紧贴背脊，剑鐔朝东；右诀指朝西，两臂形成一条平行直线为度(图22、图23)。

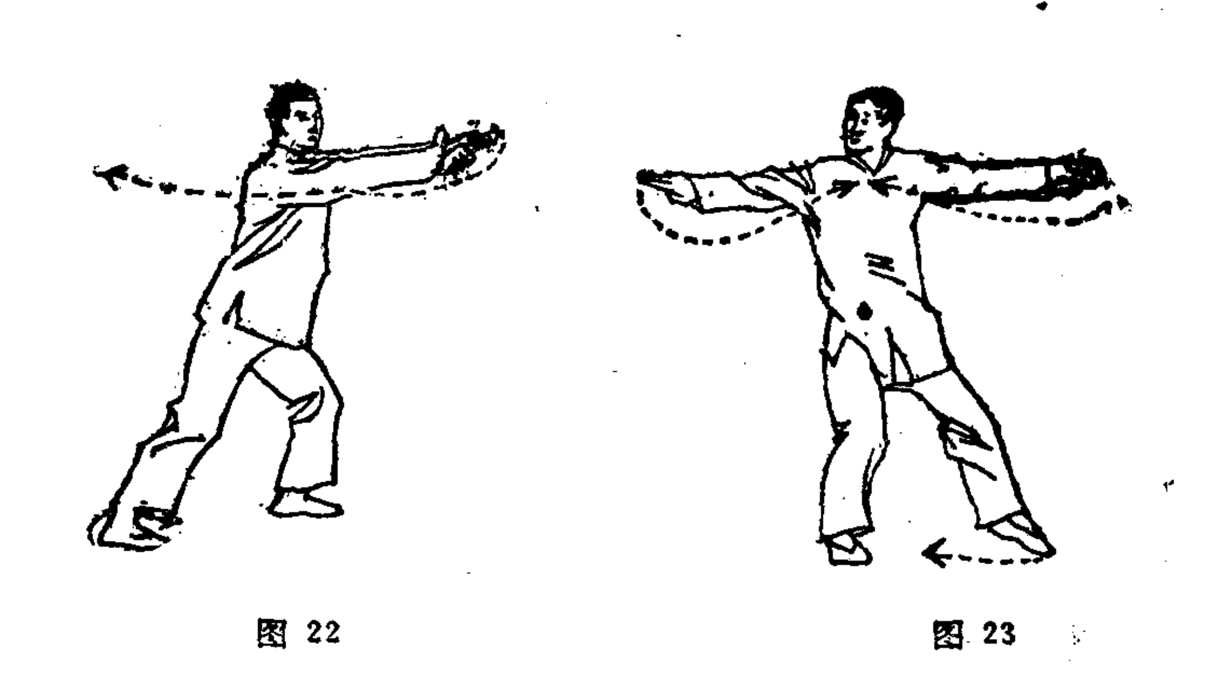


图 22　　图 23

用法

先以剑鐔分开敌来械，乘其身械脱结之际，立即进身展臂，将其活携离地即可，不可任意掷之。

20.两臂圈合

两臂同时屈肘，使左手剑与右诀指，从左右两端相向折回到前胸时，以右诀指扶住剑鐔。这时，两手心均朝前（正南），拇指朝地，小指朝天；左手剑仍反握剑柄，使剑锷紧贴小臂内侧，剑刃朝上下，剑锋朝左（正东）。同时，左膝松力，收左脚与左膝成上下垂直线，两脚形成为右胯虚步，体重仍在右腿。两眼顺剑锋的上方往远平视(图24)。



图 24

用法

此法是在对方有隙可乘之际，以剑鐔和诀指偕同并进，攻其胸、肋等部位。

第一剑　分剑七星

21. 分臂横剑



图 25

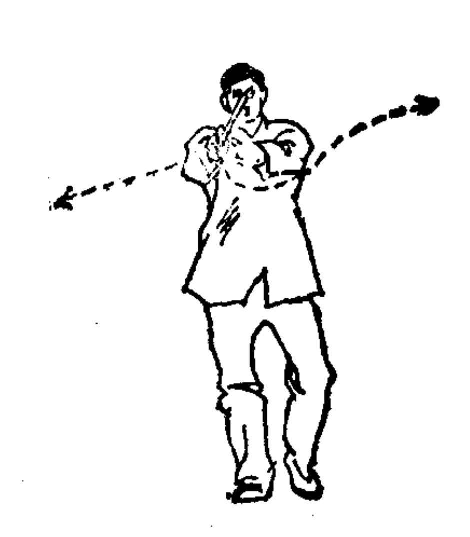


图 26

右手接剑握好，左手剑交出捏好诀，两手心均朝下，随后朝相反方向（即左右）分开形成一条平行直线为度。步法、身体重心不变。眼神注视剑锋（图25、图26、图27）。

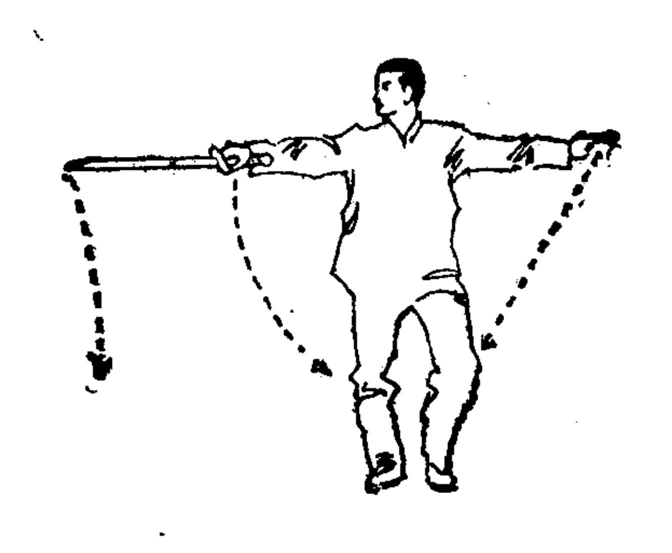


图 27

用法

此剑为分臂旋扫式，正入侧扫(即正身进剑，侧身扫剑)。如对方用长兵刺我前胸，我先避开其锐锋，随即举剑分臂转身横扫其手腕及腰部。

22. 弓步提剑

两臂放松，自然下垂。随之，右手剑以阴把剑由下向前上方提拦敌腕，使剑身横平（剑锋朝右，剑刃朝上下）；左诀指扶在右脉门处。同时，左脚向左前方迈进一步。随后屈膝前拱，重心移于左腿，两脚形成左弓式。眼神注视剑身中部刃的上方(图28、图29)。

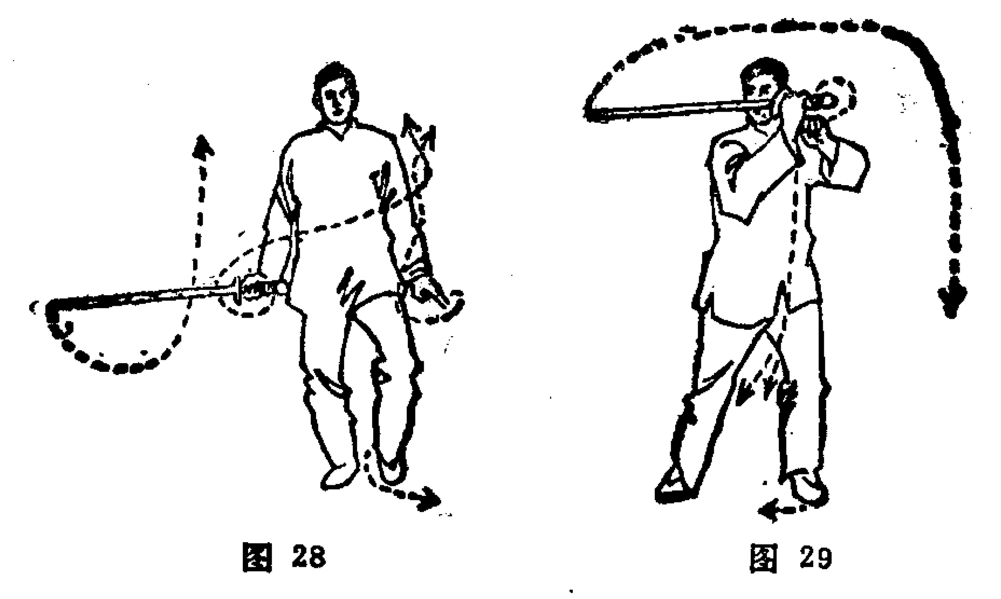


图 28　　图 29

用法

如对方右手持械向我头部打来，我急向左前方迈进一步，避开其械之进攻。同时，用剑上提横拦敌之右腕。

23.背步下截

右手剑坐腕，先使剑锋朝天，然后再向左下方落，至手心与左膝膑骨相触为度；左诀指仍扶在右脉门处。同时，左脚尖向里微扣；右脚从身后移于左脚左侧，并以膝盖尖抵住左腿弯，脚跟扬起，脚尖虚沾地面，体重仍在左腿。两眼注视剑锋(图30)。

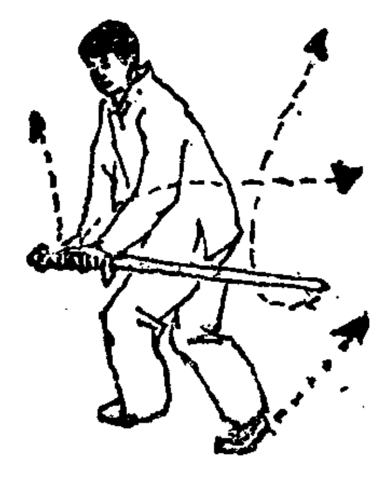


图 30

用法

当对方向我进攻招法落空、欲将其械收回换招变式之际，我即以剑追随敌腕，并向左、向下横剑截拦，使敌械不好再行进攻。

24.平衡抽剑

右手剑屈臂上举过头顶，横于前上方（以阳把剑，即手心朝外，虎口朝后）；左诀指离开右脉门向左前方伸出。同时，右腿屈膝使脚心朝天以脚尖向诀指方向送出，保持垂悬不落，以左脚支撑体重。两眼注视剑身中部（图31）。

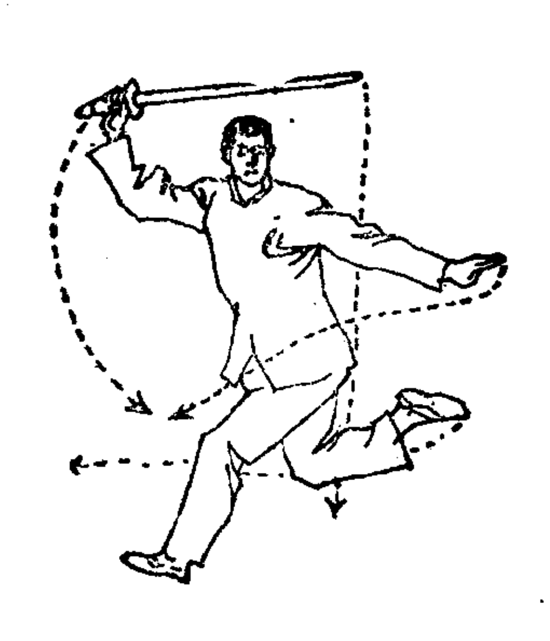


图 31

用法

如对方以械向我头部击来，我则以剑横平迎接其腕，并以左诀指戳点其腋下神经。同时，翻起右脚（脚心朝天），以脚尖从身后往身前左上方倒踢敌右肋间。

第二剑　进步遮膝

25.坐步下截

右手剑和左诀指同时下落，落至左膝上方靠近左肋，右手心向里；左诀指扶于右脉门处。同时，右脚往右前方（西北）落下，脚跟虚沾地面，脚尖翘起，体重仍在左腿，两脚形成左坐步式。两眼注视右前方（图32）。

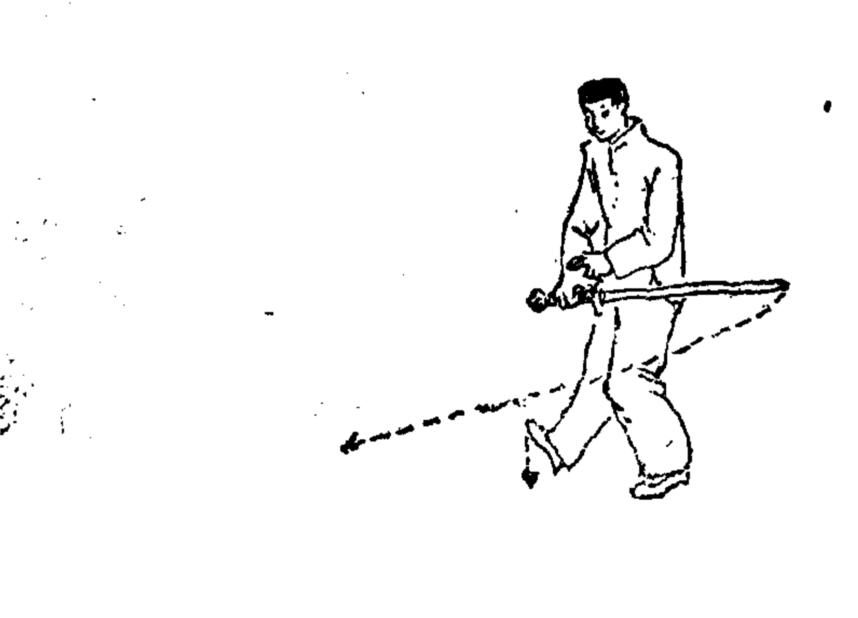


图 32

用法

如对方从左侧以械击我腰、腿时，我即以剑横平下截敌手腕。

26.弓步反撩

右脚逐渐落平，随后屈膝前拱；左腿在后，腘窝肌腱舒直，两脚成右弓式。体重移于右腿。同时，右手剑仍握阳把由左后往右前（西北）方撩出（即手心朝前下方，虎口朝后下方）。

左诀指仍扶右脉门处。眼神注视剑锋(图33)。



图 33

用法

当对方进攻落空、抽剑欲逃之际，我随即以剑反撩其膝。

第三剑　翻身劈剑

27.背步提剑

左膝松力，往后坐身，右脚从身前移至身后偏左，以右膝盖抵住左腿弯，脚尖虚沾地面，体重移于左腿，两脚形成歇步式（又称背步）。同时，右手剑屈臂向上提起，左诀指仍扶右脉门处。两眼注视剑锋(图34)。



图 34

用法

当对方以械击我腿部，我即背步，反提宝剑往外带格，俟机还击。

28.翻身分臂

左诀指从右手外侧向上伸展到极度，再继续向左后方（西北）伸张。同时，右手剑向右前方（东南）劈出，两臂同时由上向下分落至与肩相平为度。同时，两脚均以脚前掌作轴，上体由前向右后方（东南）成180°。随后右腿屈膝前拱，左腿伸直，两脚形成右弓式，体重移于右腿。眼神注视剑锋前方(图35)。

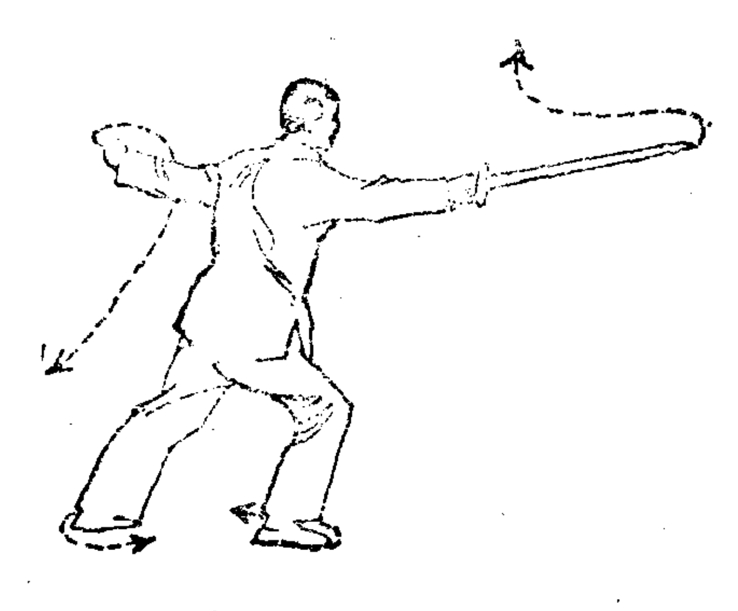


图 35

用法

如对方以械从我身后击来，我速背右步（即将右脚移至左腿后偏左侧），随即向右后方翻身避开敌械，同时，两臂朝前，左臂向后分开下落，以剑劈敌之肩、臂等部。

第四剑　上步撩膝

29.虚步上挑

左诀指由上向下落至左腿弯处，虎口转向下含有向后拨之意，随之虎口再转向上。这时，上体转向左后（脸朝西北）。同时，右脚尖向里扣，左脚跟虚悬后转，脚尖虚沾地面，体重仍在右腿，两脚形成虚步式。右手剑借势屈臂向上挑起。眼神注视前方(西北)(图36)。

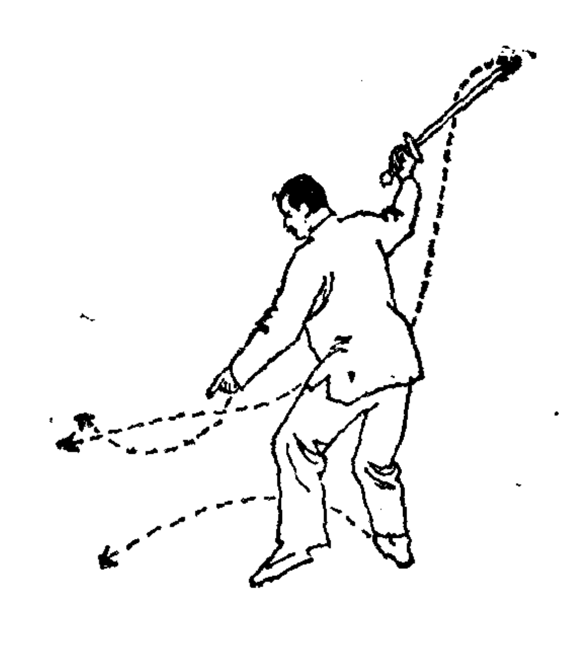


图 36

用法

如对方从身后以械向我腿部击来，我即以左臂随回身随格开；如敌械向我头部击来，我则以剑割挑敌手腕。

30．弓步撩剑

右手剑直臂下落至右胯旁。左脚跟微向前移落实，体重先移于左腿，最后再寄于右腿。随之，右脚朝前方（西北）迈进一步，与左腿形成右弓步式。右手剑随同右脚的前进而向前方（西北）撩出。左诀指也随扶于右脉门处。眼神注视剑锋(图37)。

用法

如对方以械朝我腹部打来，我先走步避开其锐锋，然后进步并以右手剑向前撩击其膝、胯等部。

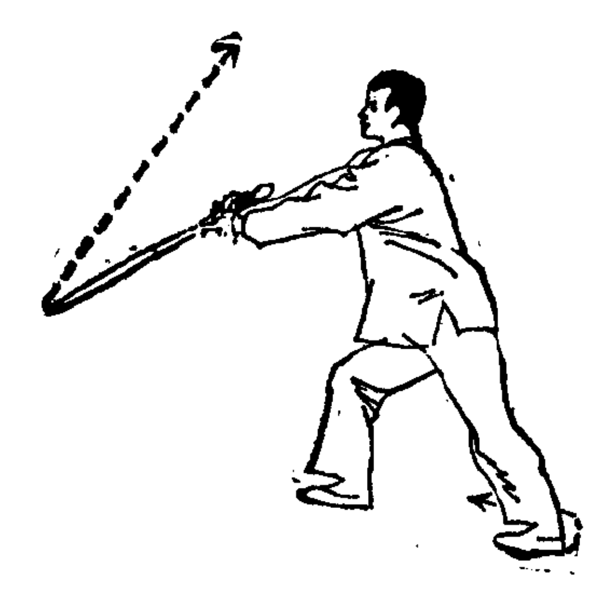


图 37

第五剑　卧虎当门

31.长身微腕

左脚跟向前微移，右脚掌原地蹬劲，使身体略向前、向上升高。同时，右手剑从下继续向前、向上撩出，高与头平。左诀指仍扶右脉门处。体重与步形均不变。眼神始终注视剑锋(图38)。

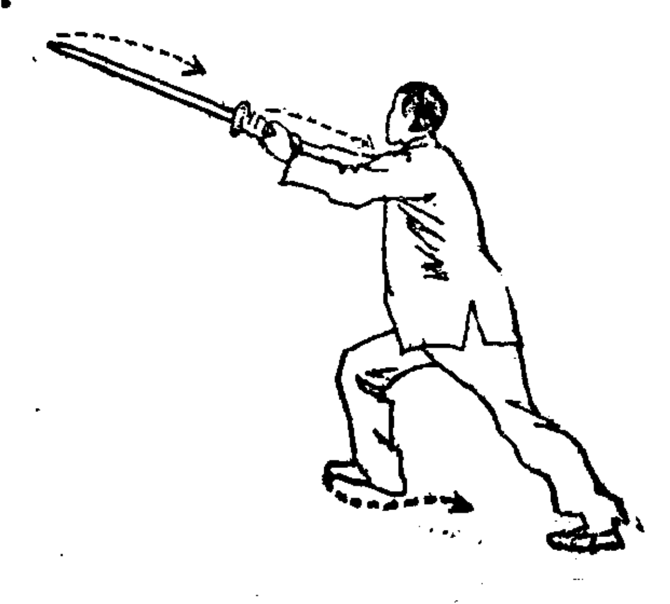


图 38

用法

如对方抽械欲变招换式之际，我即长身紧紧跟随并以剑截敌手腕。

32.虚步捧剑

左膝松劲，往后撤身，屈膝略蹲，体重移于左腿；右脚微向后，脚尖虚沾地面，两脚形成胯虚步式。同时，右手剑屈臂后撤沉肘，靠近右肋；左诀指也同时屈臂以手指尖扶剑缴处。眼神注视敌面门，使剑锋与眼神保持一致为要(图39)。

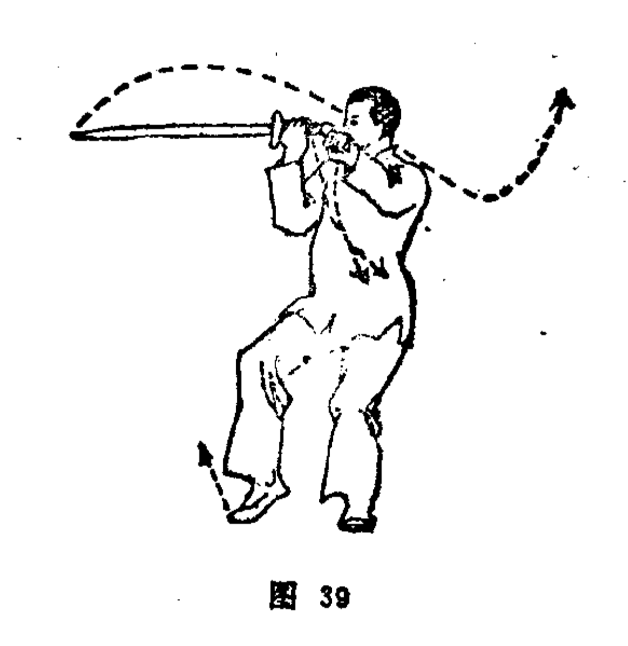


图 39

用法

此式系使已之剑锋始终与对方面门遥遥相对、形影不离，并有俟相待发之势。

第六剑 倒挂金铃

33.转身格挂

上体微向左转。右手剑沉肘坐腕竖剑向左后方（东北）横格外挂；左诀指仍扶左脉门处。体重仍在左腿，只将右腿舒直，脚跟着地，脚尖翘起，两脚形成坐步式。眼神注视剑锋（图40）。

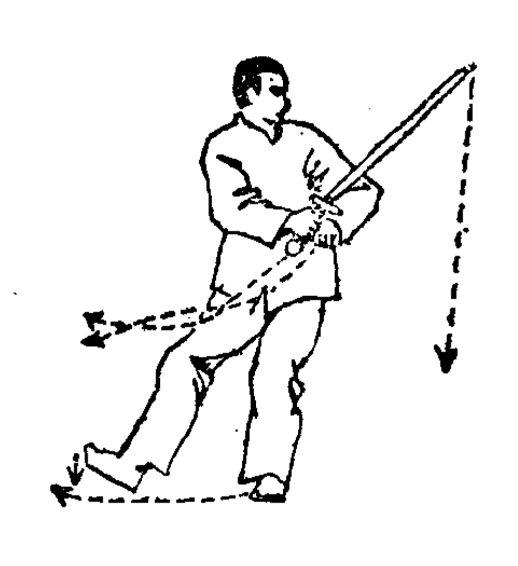


图 40

用法

如对方以械朝我左肩击来，我即以剑横格敌腕。

34.并步下截

右手剑将剑锋由上向左、向下降落，落至手心靠近左膝为度；左诀指仍扶右脉门处（这时，剑镡与剑锋已成水平面，保持剑的位置不变）。与此同时，右脚放平，屈膝略蹲，左脚前移和右脚靠拢，脚掌虚沾地面。眼神注视剑锋前方(图41)。

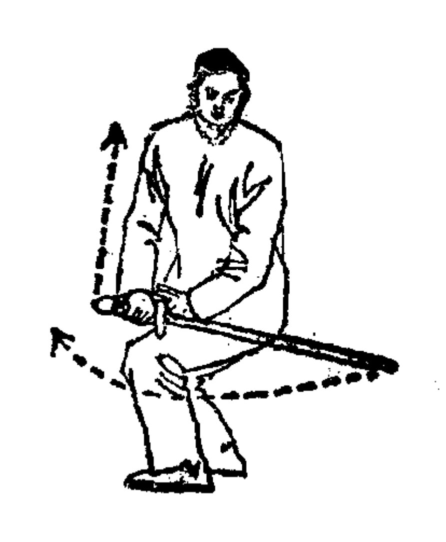


图 41

用法

如对方以械击我腿部，我即以剑向下横截其腕。

第七剑　魁星提笔

35.转身横格

上体向右转（面朝西北）。同时，右手剑以剑锋朝下向右移动到右膝前方。两膝仍保持屈膝状态，惟体重由右腿移至左腿。左诀指始终不离右脉门。眼神注视剑锋前方（图42）.

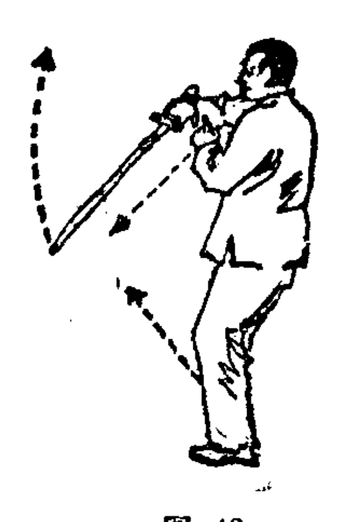


图 42

用法

对方以械朝我膝部打来，我则以剑锋朝下向身前外侧横格其械式腕臂等部。

36.独立提撩

左脚蹬地直立，支撑体重；右脚提起垂悬不落，成独立步。同时，右手剑向前上方提起，至剑锋与鼻尖相平为度。左诀指靠近右膝前指。眼神注视剑锋前方(图43)。

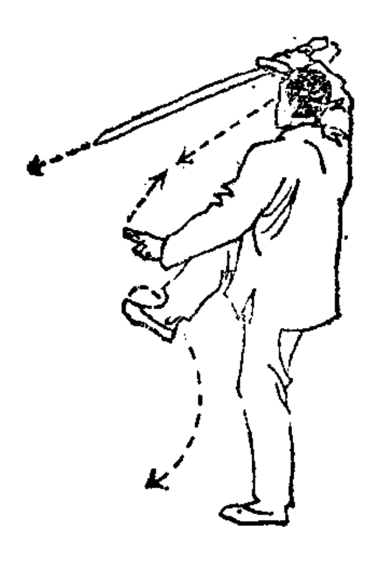


图 43

用法

如对方以械向我前胸击来，我则以剑迎击其腕臂。

第八剑　指裆剑

37.并步垂钓

右手剑使剑锋指向左膝的前下方，右脉门贴近左诀指。

同时，垂悬的右脚随着下落，虚靠近左脚旁。眼神注视剑锋前方。体重仍在左腿(图44)。

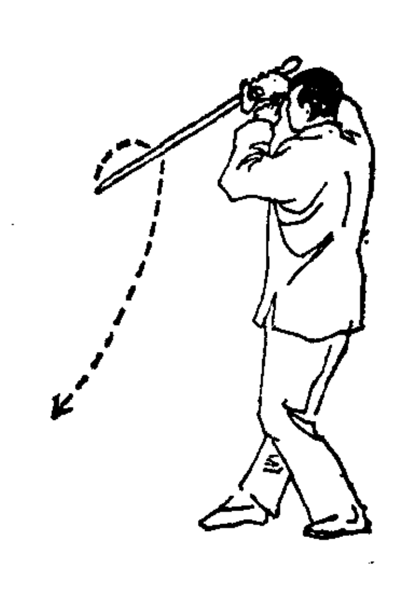


图 44

用法

对方以械击我中、下部时，我即以剑锋朝下竖直于身前护胸、腹及腿部。

38.麒麟探险

上体直立，屈膝略蹲，右脚尽量向前伸出，保持两膝内侧相贴不离开为度，脚掌放平，脚尖微向里扣，两脚形成麒麟步。体重在左腿。同时，右手剑直臂以剑锋向前下方点刺。眼神注视剑锋前方。左诀指仍扶右脉门处(图45)。

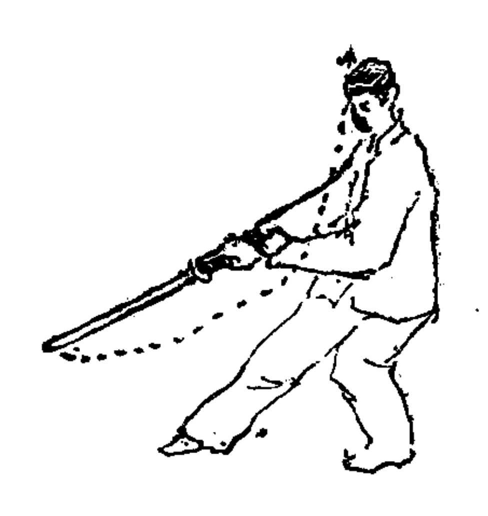


图 45

用法

我先以剑化开对方来攻，随即反攻则用剑锋击敌下腹。

第九剑　劈山夺宝

39.虚步左钩

左腿直立收回右脚，脚尖虚沾地面，靠近左脚，两脚成丁虚步，体重在左腿。同时，右手剑屈臂沉肘，使剑锋从前下方往身之左侧，再由后下方反向上方（此为逆式侧立花，也叫钩提剑）。眼神随剑锋运转。左诀指始终不离右脉门处（图46）。

用法

对方以械击我左腿时，我即以剑锋引导，在身左侧划一立花，将敌械激开之后，含有俟机欲攻之势。

40.盖步反挂

右脚脚尖向右外摆，之后，平落屈膝，体重移至右腿；



图 46

左腿屈膝以左膝盖抵住右腿弯，前脚掌沾地，脚跟翘起。同时，右手剑以剑锋由左上方朝右前上，再往右后下方折回反挂，落到右膝外侧为度。剑鐔朝天，剑锋朝地，右手心朝后上方，虎口朝右前，左臂弯屈使肩、肘、腕形成三角型；左诀指扶于剑墩处。眼神注视剑身前方(图47)。



图47

用法

用法

对方以械击我右腿时，我即以剑锋引导在身右侧划一立花，将其械激开，俟机进攻。

41.力劈华山

上体微向右转，同时，左脚向西北虚上一步，随后屈膝前拱；右腿在后伸直，两脚形成左弓式。体重移于左腿。两手阴阳合把握好剑柄，顺眼神（眼神从左肩上方注视西北）所朝的方向直臂劈出，至剑高与头相平为度（图48、图49）。

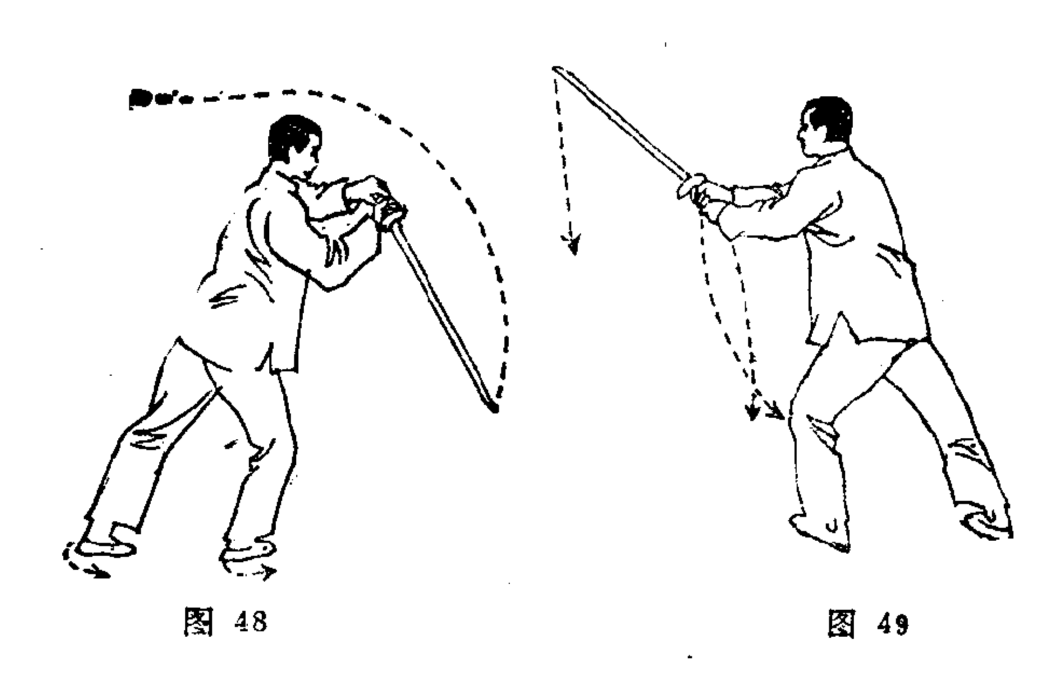


图 48　　图 49

用法

先化开敌械，再行进步以剑劈敌头顶。

42.进身后夺

接上动微停之际，双手握剑从前上方朝左后下方屈臂沉带至左胯旁。剑锋朝前。眼神注视剑锋前方（西北）。身体重心与步法均不变，只是上体微向前倾（图50）。

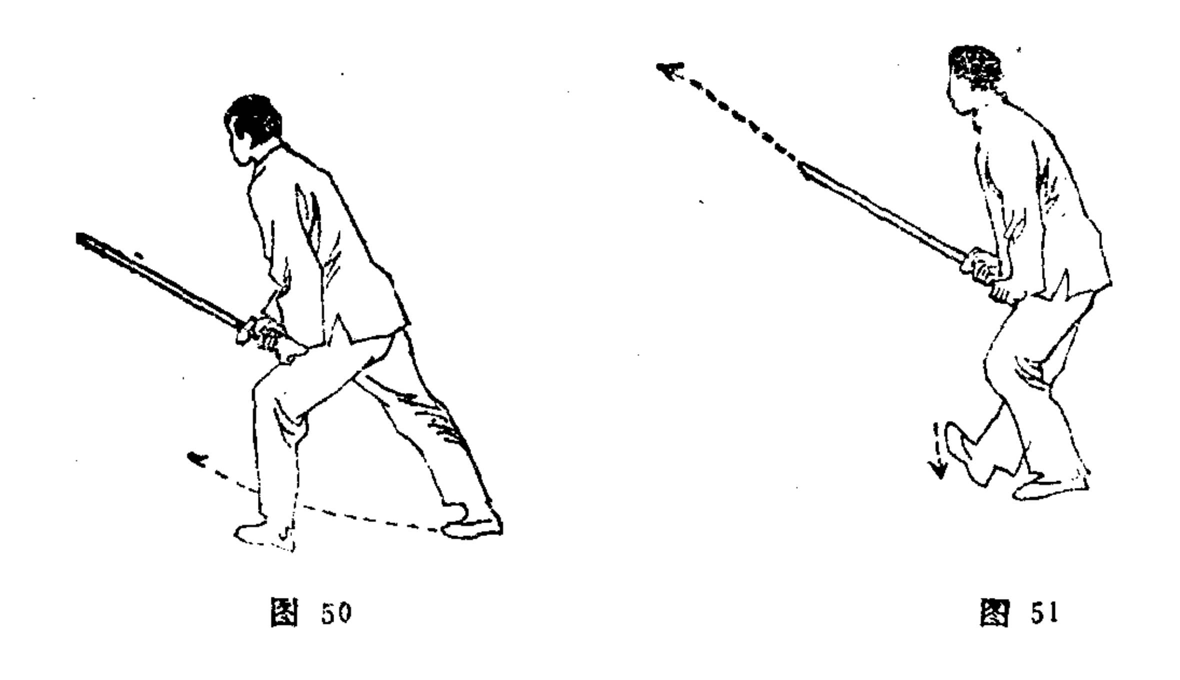


图 50　　图 51

用法

如对方以械击我胸部，我即以剑锷和敌械相黏住后，再顺其来势而借劲夺掉敌械，或割敌手腕。

第十剑　逆鳞剑

43.右脚前进

剑与身法形势均不变（保持上一动招式），只将右脚向前迈进一步，脚跟虚沾地面，脚尖翘起，体重仍在左腿，两脚形成坐步式。眼神注视前方（西北）（图51）。

用法

如对方以械向我胸部击来，我即以剑横格并粘住其械不脱。同时，偷进右步准备还击。

44.弓步直刺

右脚逐渐落平，随之屈膝前拱；左腿舒直，两脚形成右弓步．体重移于右腿。同时，双手握剑轻轻向前直臂送出，高与肩平为度。眼神仍视前方（图52）。

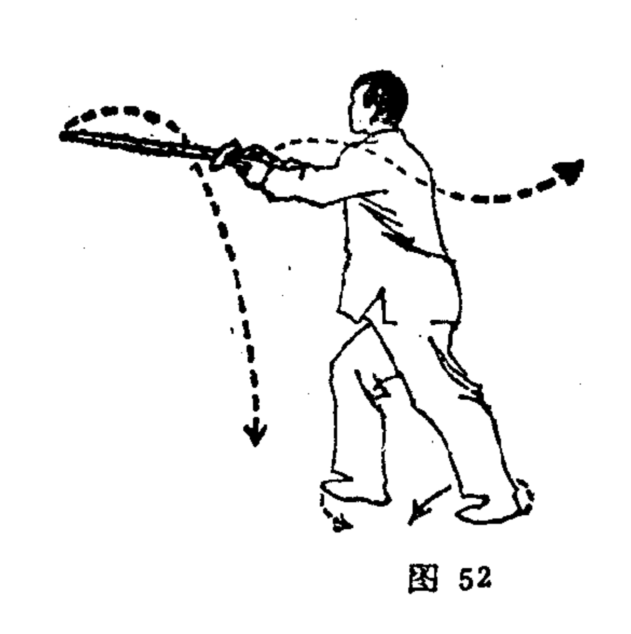


图 52

用法

如对方以械向我胸部击来，我即用剑封住其械，待对方击之落空欲撤回其械之际，我即借此机轻轻将剑送出，直刺敌胸、肋等部。

第十一剑　回身点

45.回身隐剑

左诀指屈臂回摸右肩、左肩之后，直臂朝东南方向指出。在诀指摸左肩同时，右手剑自然向下坠落，而隐于身后。右脚尖自然里扣；左诀指朝前指出时，往后坐身收回左脚，脚尖虚沾地面，两脚形成丁虚步。体重寄于右腿。眼神注视前方（东南）（图53）。

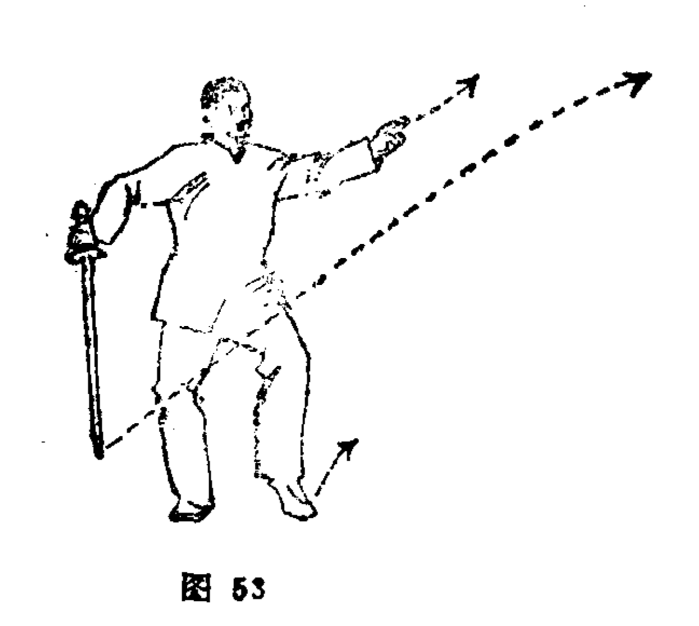


图 53

用法

此动作系应付对方虚晃一招时，我用剑虚迎，再藏剑准备追击。

46.进步点腕

右手剑由身后往身前直臂前伸，至脉门与左诀指相触之后，再行分向斜方向（即剑锋朝东南，诀指朝东北），两臂

伸直后同时坐腕，使剑锋略向上翘起为度。同时，左脚向左前方迈进一步。随之，屈膝前拱，两脚成左弓步。体重在左腿。眼神注视剑锋（图54）。



图 54

用法

如对方以械朝我前胸打来，我先侧身避开，同时进步并以剑崩点其腕。

第十二剑　沛公斩蛇

47.背步掤剑

右脚向左脚的左后方横跨一步，以右膝盖抵住左腿弯为度。右手剑与左诀指同时屈臂朝头顶前上方横举，至诀指扶于右脉门，剑锋朝左前上方。体重在左腿。眼神注视剑身中部（图55）。



图 55

用法

如对方以械朝我头部打来，我即进身用剑迎截其臂、腕等部。

48.上步拦腰

接上动不停，右脚朝后撤半步，上体随着向后仰身，眼神始终不离剑锋。同时，右手剑与左诀指在头顶上方作出分合的动作（即身往后仰时，剑锋和诀指均先朝后再向左右分开继续向前合并于胸前。两手心均朝上，诀指仍扶右脉门）。在合剑时，右脚向前迈进一步，两膝内侧贴紧。体重在左腿，两脚成丁虚步（图56、图57）。

用法

如对方以械朝我头部打来，我先以械迎接其械与之相粘后，随即顺其来劲往后一带，趁对方身子前倾之际，再挥剑转向前方横斩敌腰。



图 56

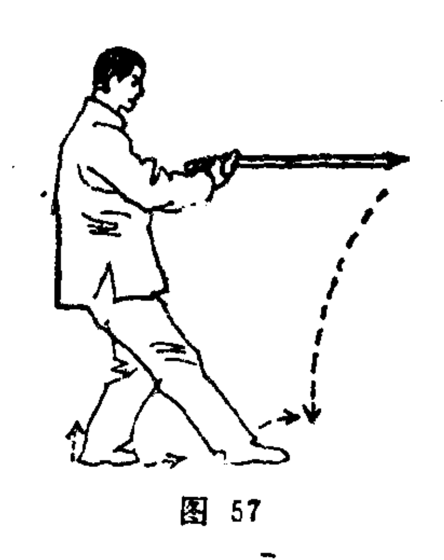


图 57

第十三剑　翻身提斗

49.盖步反挂

右脚微向前提，脚尖外摆下落。随之，屈膝略蹲，体重移于右腿；左膝向前抵住右腿弯，左脚跟扬起，脚尖虚沾地面。与此同时，右手剑肘部回掩对前胸，腕部松力手心外翻，虎口朝右下方使剑鐔朝天，剑锋朝地，靠近右膝旁。左诀指扶于剑墩。眼神注视剑锋（图58）。

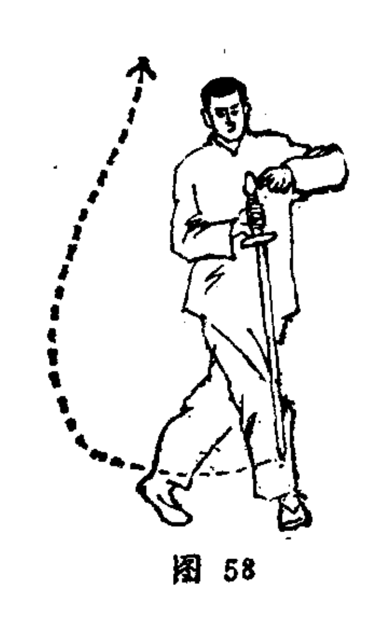


图 58

用法

对方以械击我头部，我即将右脚轻提起，随即落下脚尖外摆，头颈直立，以剑锷格开敌械。

50.童子抱香

上体及握剑的姿式保持不变，向右转体90°。右臂内旋使剑锋由下向右上翻起朝天，剑锷中部对正鼻尖；左诀指手心向外，虎口朝下扶住右脉门，两臂平屈环抱于胸前。同时，右腿蹬直支撑体重；左腿屈膝提起，左脚垂悬不落。两眼平视前方（图59、图60）。

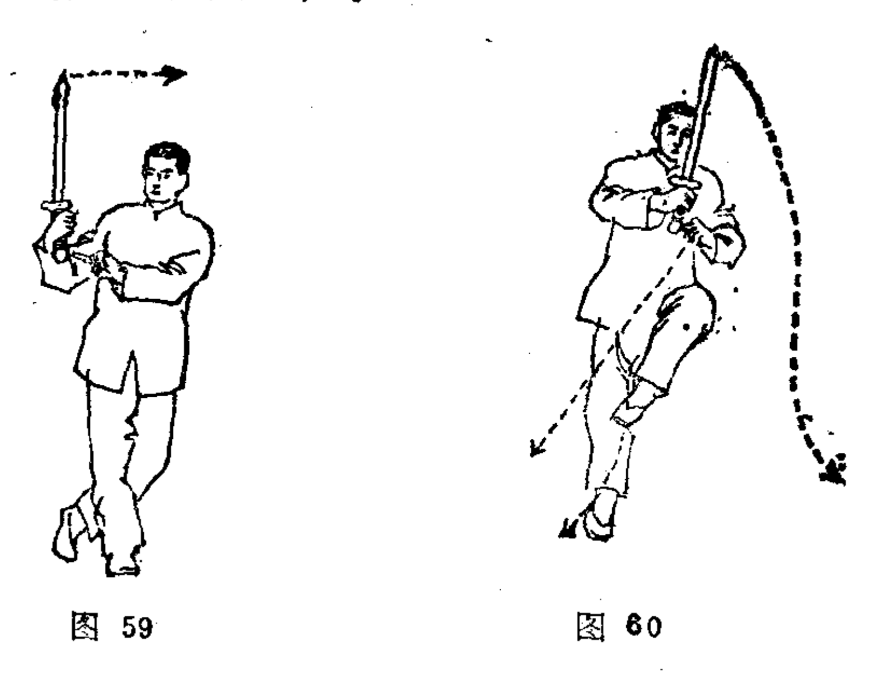


图 59　　图 60

用法

对方以械先击我右腿时，我即向右转身以剑朝外格拦；又向我头部击来，我即举剑横格其臂、腕等部。

51.蹲身下截

右手剑使剑锋朝左（正东）由上向下落至与胯平为度，使剑吞口靠近左膝左侧。同时，左脚随上体右转（面向正

西），屈膝下蹲，左脚落到右脚尖的前方落实；右脚变为虚步，体重移于左腿。眼神注视剑锋（图61）。



图 61

用法

如对方以械击我身左侧腰间，我即以剑由其内门（即前胸）向左、向下走弧形截其臂、腕等部。

52.独立上挪

左脚蹬地身体立起，支撑体重；右脚提起垂悬不落，形成金鸡独立步。同时，右手剑从身左侧向前上方（正西）提起，举过头顶，使剑锋指向前方（正西）、剑镡朝后（正东）；左诀指下指右脚跟。眼神平视前方（图62）。

用法

如对方以械击我前胸，我即转身向右并用剑截其腕臂；借对方抽械欲逃之际，我以剑上提，挑击其二目。

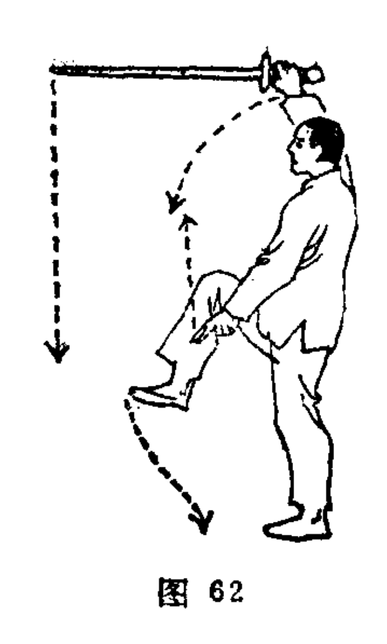


图 62

第十四剑　猿猴舒背（臂）

53.虚步横格

左膝微屈，右脚尖落在左脚尖的右前方虚沾地面，形成丁虚步，体重寄于左腿。同时，右手剑随同右脚的下落而垂直下落，竖剑横格，左诀指扶于右脉门处。眼神注视剑身中部（图63）。



图 63

用法

如对方以械朝我下部击来，我则竖剑以剑锷向左横格。

54. 跨虚展臂

左诀指屈臂回指左肩井穴；右手剑朝右前方探臂点刺。同时，上体略蹲，右脚前移半步，脚跟虚起，脚尖点地，体重仍在左腿。眼神注视剑锋前方（图64）。

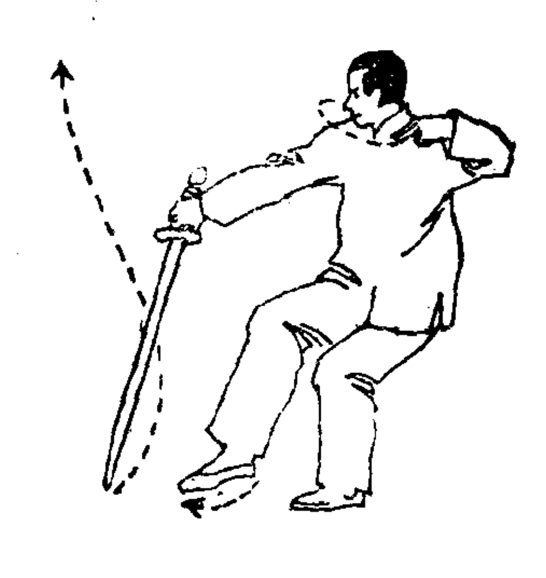


图 64

用法

如对方以剑从我身后侧刺我腿部，我先以剑锷格住来势，随之进右步脚尖点地，并以剑锋点刺对方足三里或解溪穴。

第十五剑　樵夫问柴

55. 盖步格带

右手剑由下向左前上方提起微向后带；同时，左诀指出

左肩移至右脉门处。右脚以前脚掌为轴，右脚跟往左前转动成横脚落平。随之，屈膝略蹲；左腿舒直，脚跟扬起，体重移于右腿，两脚形成盖步。眼神注视剑身前部（图65）。

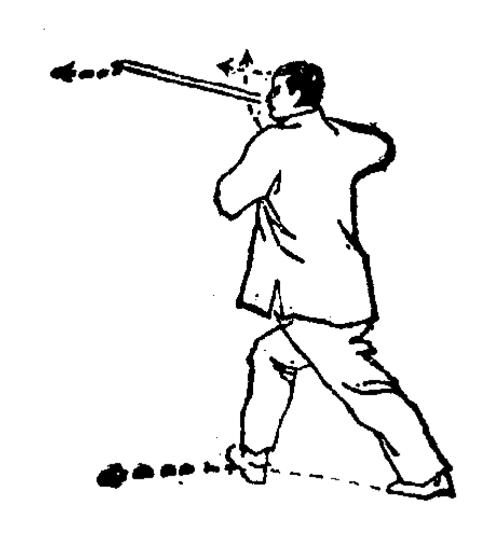


图 65

用法

如对方以械向我头部击来，我急进步转身并以剑锷向前上格开其械，略提稍往后一带，以剑刃击其腕部。

56.拗步探刺

左脚向左前方进一大步，随之屈膝前拱；右腿在后伸直，两脚形成左弓步，体重移于左腿。同时，右手剑以剑锋先向右、向左、再向前直臂刺出，手心朝外，虎口朝地。眼神注视剑锋前方（图66）。

用法

如对方击我头部而落空时，俟其撤械后退之际，我即以剑锋追击其腕，复进步探刺敌头部太阳穴或腋下神经。

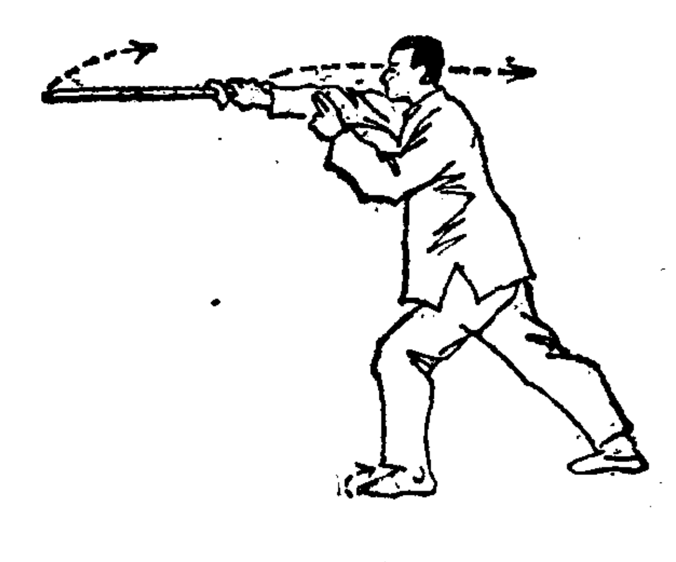


图 66

第十六剑　单鞭索喉

57.屈臂抽剑

步法不变，只将右手剑屈臂朝后微向上抽提，至手背靠近右额角前上方为度。眼神注视剑锋前方（图67）。

用法

如对方以剑锋直刺我头部，我随以剑刃抽击敌臂、腕等部。

58.提膝磨剑

右手剑先直臂往回带剑，保持身体平稳不动。然后，右脚尖向里扣。眼神注视剑锋。同时，身体右转（原剑在身左侧），转至剑在身右侧时，右膝松力，提起右脚垂悬不落。

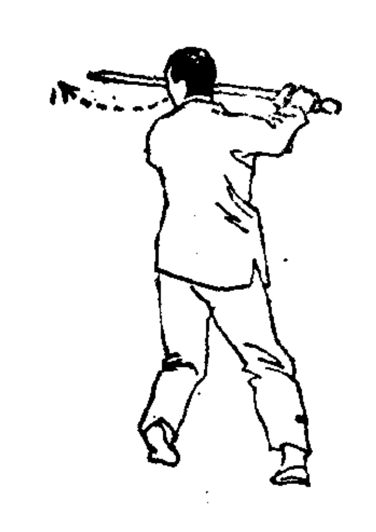


图 67

左诀指扶右脉门处。体重在左腿（图68、图69）。

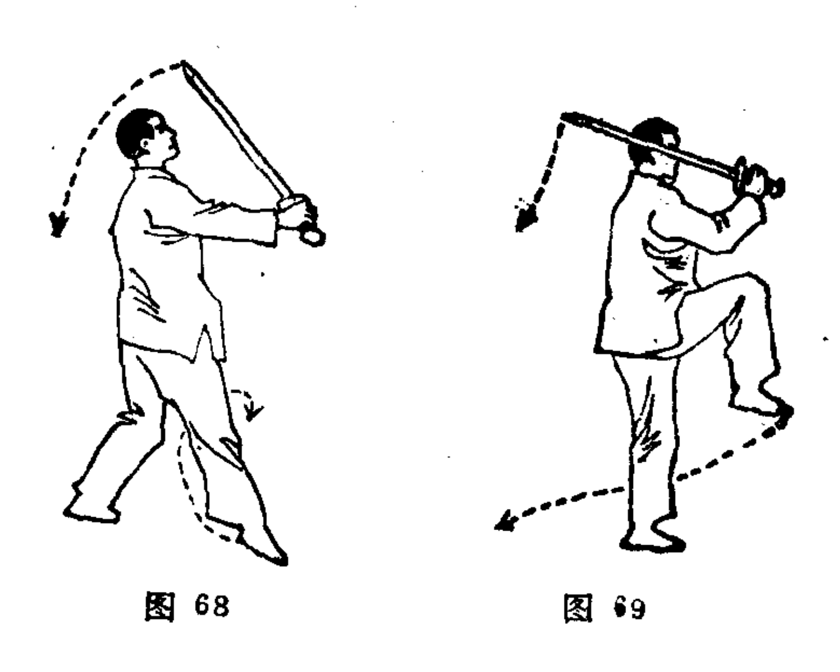


图 68　　图 69

用法

对方以械击我身两侧，我即以提膝长身磨剑之法迎击敌臂腕部。

59. 换步拧腰

左诀与右剑姿势保持不变，只将右脚朝左后方落步

（西北)。随之，向右转身，至面向西南方为度。这时，体重移于右腿，两脚形成胯虚步。眼神仍注视剑锋前方（图70、图71）。

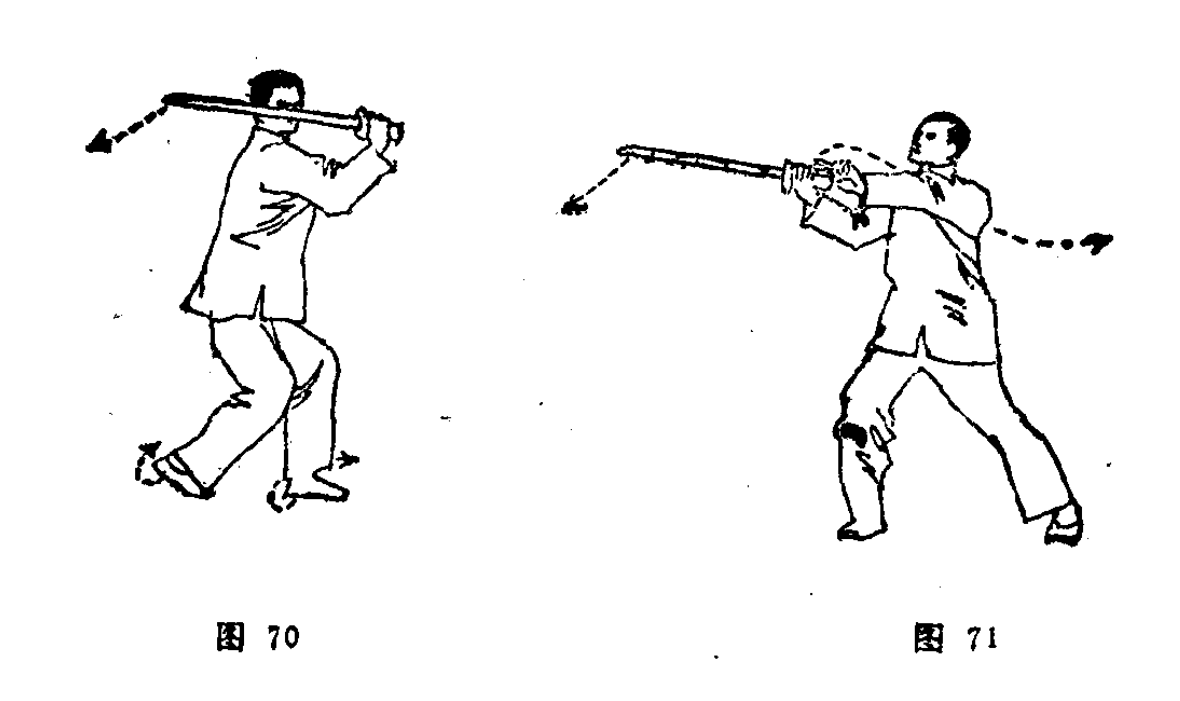


图 70　　图 71

用法

对方以械从身后击我腰部，我即背步转身避开敌械，并以剑锋俟机刺对方咽喉。

60．展臂锁喉

右手剑与左诀指同时朝西南和东北方向分开形成一条平直线。同时，右腿屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚成右弓式，体重仍在右腿。眼神注视剑锋（图72）.

用法

转过身后，左诀指直臂向后伸出。同时，右手剑臂微屈沉肘，使剑锋朝向对方咽喉直取。

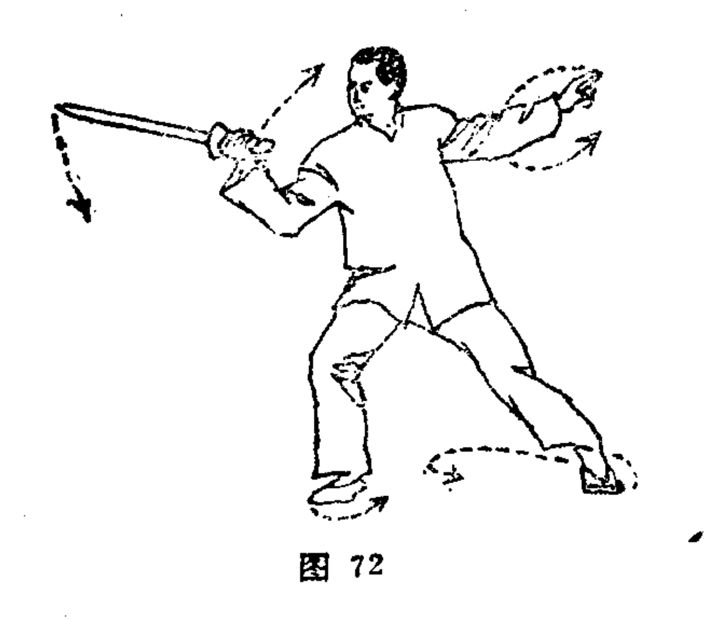


图 72

第十七剑　退步撩阴三剑

61. 回身举剑

左诀指屈臂回指右肩和左肩。上体微向左转，回转身眼神注视东北方的同时，右脚尖向里微扣，随后屈膝略蹲；左腿屈膝上提，脚尖虚沾地面，体重仍在右腿。右手剑微上举；左诀指随即离开右肩直臂指向前方（东北）（图73）。

用法



图 73

如对方以械击我腰部，我即转身避开，并举剑防守或待机进攻。

62．弓步虚劈

左脚向左前方迈进半步，落实屈膝前拱，右腿在后舒直，两脚形成左弓式。同时，左诀指由前向下、向左反向上至左额角上方。右手剑朝东北方向直劈，高与头顶相平为度。体重移于左腿。眼神注视前方（图74）。

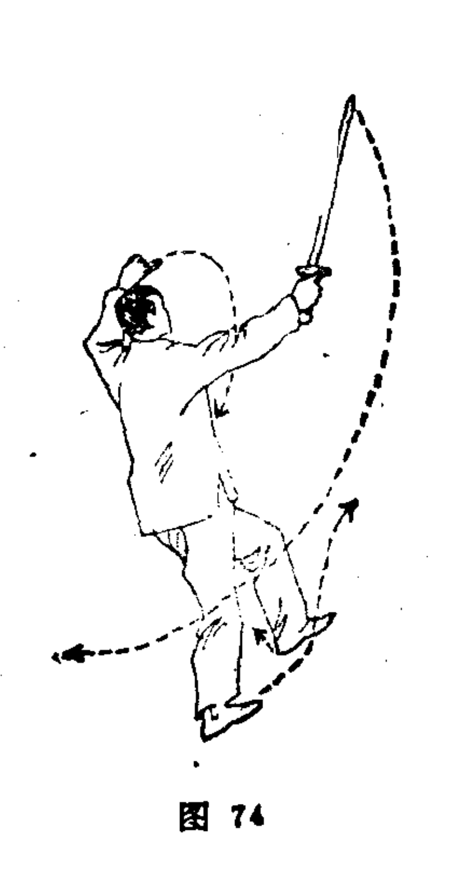


图 74

用法

对方以械击我前胸或腿部，我即以左诀指粘住敌臂或阻截其进攻，并乘隙以剑击敌头、肩等部。

63.盖步反撩

右脚向前迈一步（东北）落到左脚的前边；使右腿腘窝与左膝盖靠近，体重移于右腿。左腿舒直，脚跟扬起，脚尖着地，两脚形成盖步。同时，右手剑反手由前向后直臂撩出高与肩平。左诀指置于镡后。眼神注视剑锋（图75）。



图 75

用法

如对方以械从背后击我右肋，我即提起右脚在左腿前落步（盖步），在避开对方进攻的同时，以剑朝后反撩敌右腕。

64. 虚步举剑

左臂松肩，坠肘使左诀指指肚贴近鼻尖，然后掌心转向外，直臂前伸指向东北方；右手剑同时屈臂上举，高过头顶为度。同时，左脚微向前移，脚尖虚沾地面，体重在右腿。

眼神注视前方（图76、图77）。

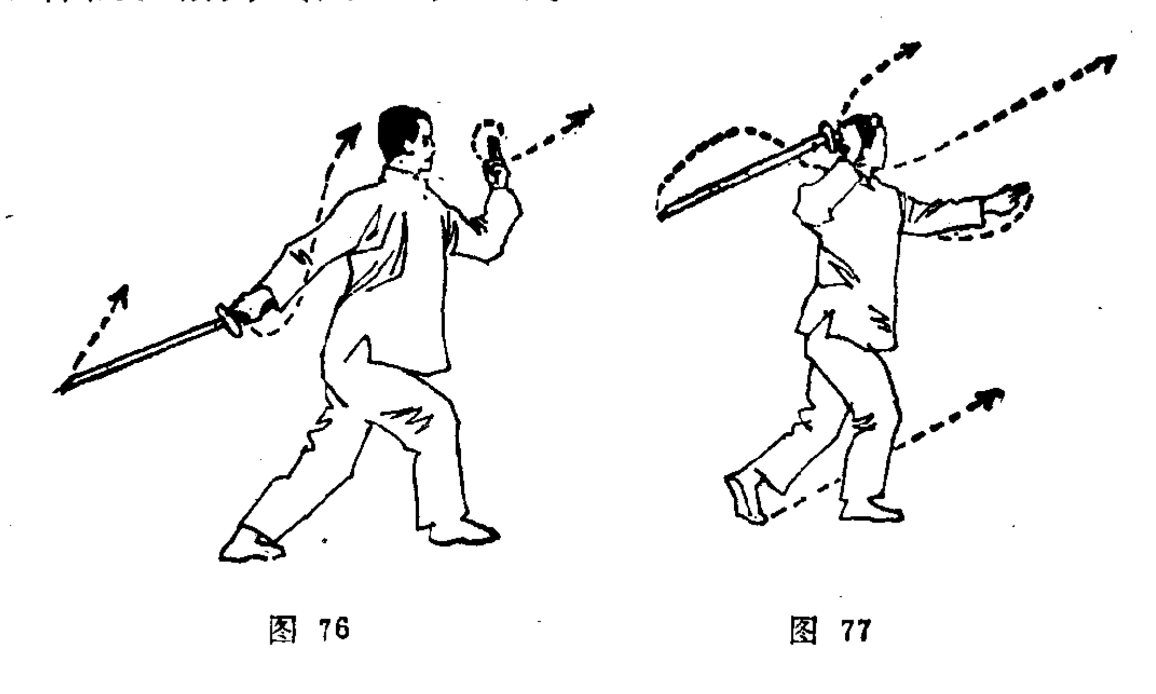


图 76　　图 77

用法

如对方以械击我头部，我即以剑横格其臂腕。

65. 弓步虚劈

左脚向左前方迈进一步，落实后屈膝前拱；右腿在后舒直，两脚形成左弓式。同时，左诀指由前向下、向左反向上至左额角上方；右手剑朝东北方向直臂劈出，高与头顶相平为度。体重移于左腿。眼神注视前方（图78）。

用法

如对方以械击我前胸或腿部时，我即以左诀指粘住敌臂，阻截其进攻而乘隙以剑击其头、肩等部。

66. 盖步反撩

右脚向前迈一步（东北）落到左脚前，使右腿腘窝与左膝盖靠近，体重移于右腿，左腿舒直，脚跟扬起，脚尖着

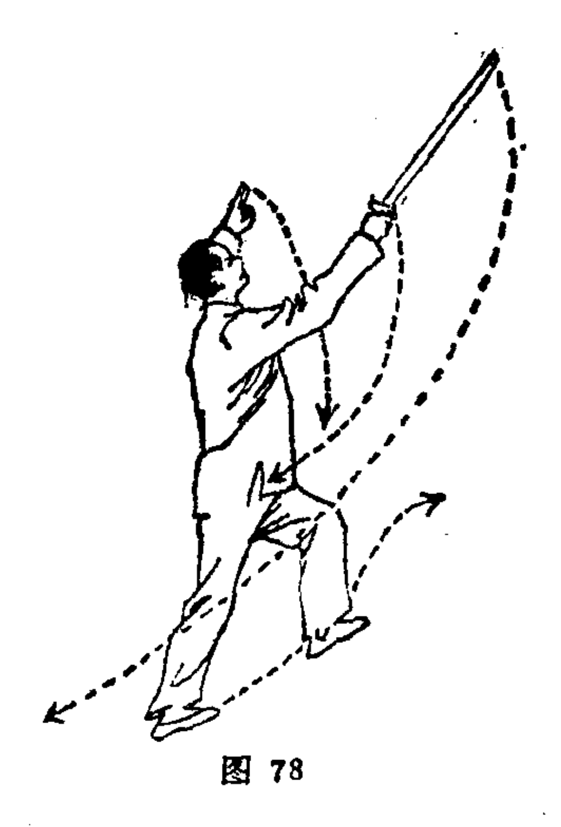


图 78

地，两脚形成盖步。同时，右手剑反手由前向后直臂撩出高与肩平。左诀指扶于鐔后。眼神注视剑锋（图79）。



图 79

用法

如对方从我背后击我右肋，我即提起右脚在左脚前方落

步，在避开对方进攻的同时，以剑朝后反撩敌右腕。

67.虚步举剑

左臂松肩、坠肘，使左诀指指肚贴近鼻尖，然后掌心向外直臂前伸向东北方；右手剑同时屈臂上举超过头顶为度。同时，左脚微向前移，脚尖虚沾地面，体重仍在右腿。眼神注视前方（图80、图81）。

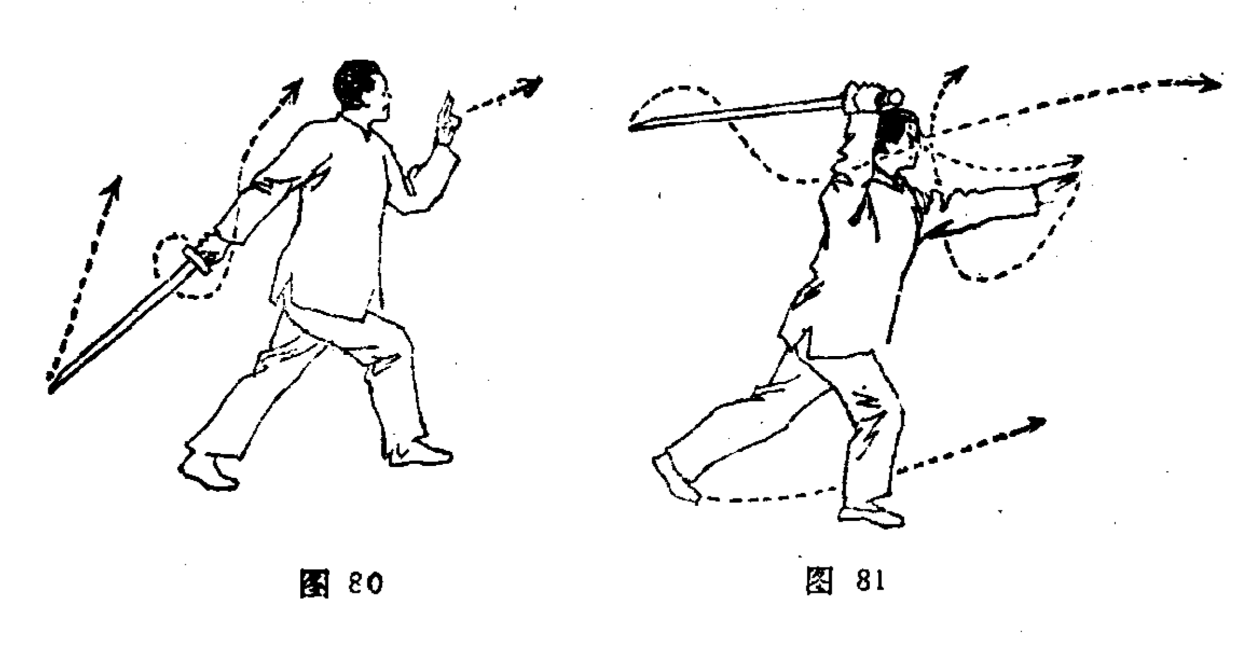


图 80　　图 81

用法

如对方以械击我头部，我即以剑横格其臂、腕部。

68.弓步虚劈

左脚向左前方迈进一步落实，屈膝前拱；右腿在后伸直，两脚形成左弓式。同时，左诀指由前向下、向左、反向上至左额角上方；右手剑直臂劈出高与头平。体重移于左腿。眼神注视前方（图82）。

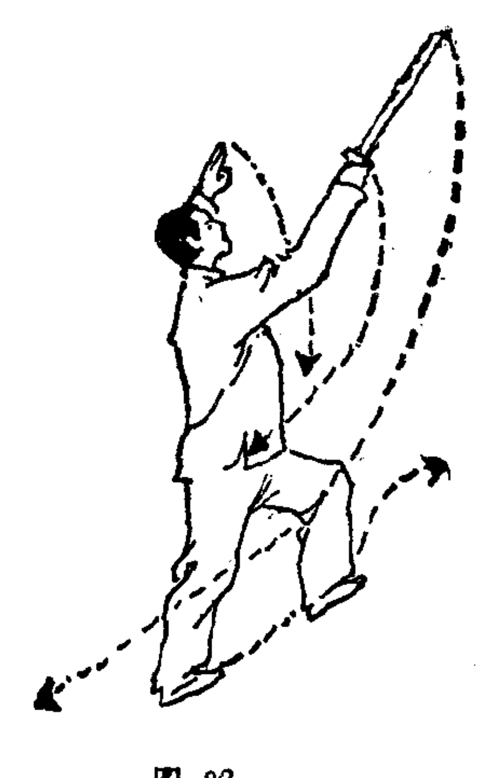


图 82

用法

如对方以械击我前胸或腿部，我即以左诀指粘住敌臂，阻截其进攻而乘隙以剑击其头、肩等部。

69.提膝顶剑

左诀指向下落于右脉门处。同时，提起右膝抵住剑鐔，右脚垂悬不落。眼神注视剑锋（图83）。

用法

如对方避开我劈剑欲后退反攻，我即提膝顶住剑鐔，以剑锋截击敌胸、喉等部。

70.弓步反撩

右脚朝右后方（西南）落下，脚跟回收。随之屈膝前拱；左腿在后舒直，体重移于右腿，两脚形成右弓式。右手剑

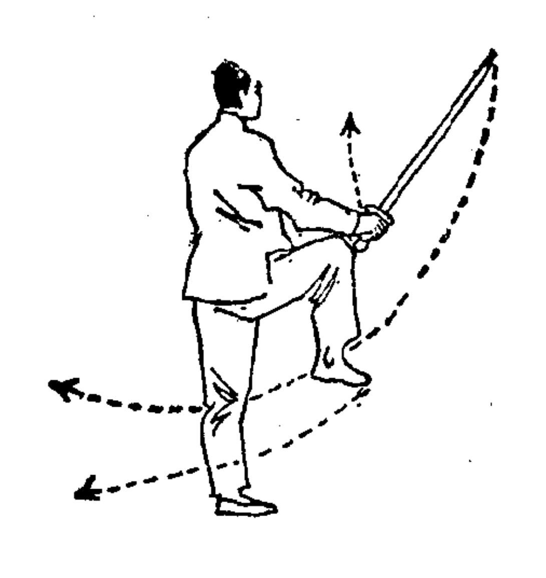


图 83

紧跟右脚落下的同时，反手撩出。左诀指仍扶右脉门处。眼神注视剑锋（图84）。



图 84

用法

如对方在身后击我右腿，我即将右腿提起，随即再落回到原地成右弓式。并以剑反撩其腰、臂、腕等部。

第十八剑　卧虎当门

71. 弓步托剑

右手剑臂外旋转，使手心向上，虎口朝前下方，直臂向上举至剑锋与头顶相平为度。左诀指仍扶右脉门处。同时，左脚跟微向前移，成右弓式，重心在右腿。眼神注视剑锋（图85）。



图 85

用法

如对方以械朝我面部击来，我即侧身避开，随以剑锋撩击其腕、肩等部。

72. 虚步抱剑

左膝松力，往后坐身；右脚收回，屈膝上提，脚尖虚沾地面，体重移于左腿，两脚形成胯虚式。同时，两臂微屈将剑撤回，怀抱在胸前，左诀指扶住剑墩。眼神注视对方面门

（图86）。



图 86

用法

此式以剑锋对准对方面部，保持始终不离，迫使对方不能侵犯我身。

第十九剑　梢公摇橹

73.转身回挂

右脚跟微向前移，随之屈膝，体重移于右腿，左腿在后伸直，脚跟虚起，脚尖点地，两脚形成盖步。同时，右手剑以剑锋引导由身前向右后下方移动，以贴近左脚跟为度。左诀指仍扶右脉门处。眼神注视剑锋（图87）。

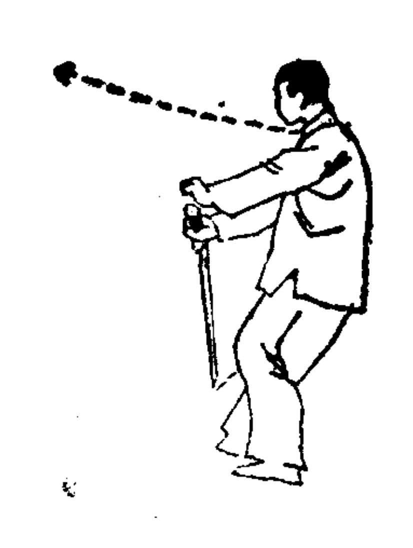


图 87

用法

如对方以械击我右腿时，我即以剑锷紧贴其械往外侧回挂，或以剑刃割其腕部。

74．长身提剑

右手剑由右后下方朝左前上方移动，仍以剑锋引导走弧线，至剑锋指向西北，剑高与肩平，剑锋指向西南时，剑高与头顶平。同时，两腿均伸直。左诀指始终不离右脉门处。体重仍在右腿。眼神注视剑锋（图88）。

用法

如对方进攻落空欲撤械变招，我即以剑锋紧紧跟随，击其腕、臂、前胸、咽喉等部。

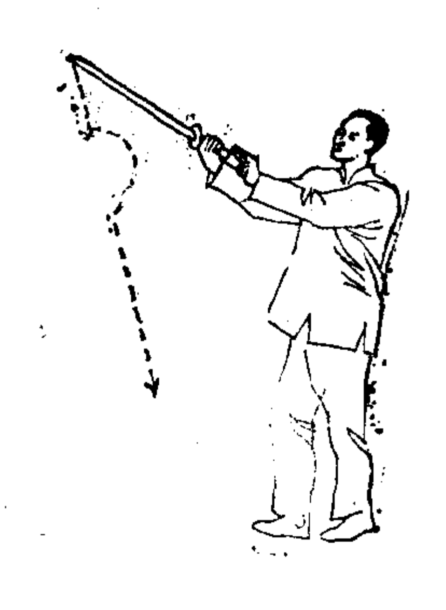


图 88

第二十剑　顺水推舟

75.歇步沉剑

右手沉肘松肩，使剑锷朝下由前往后下落，以剑镡接近左膝，剑身与膝盖成一平行线为度。同时，左脚向前迈进一步，脚尖外摆，屈膝落实，右膝盖与左腿腘窝相贴，右脚尖点地，脚跟提起，两脚形成歇步，体重在左腿。眼神注视剑锋前方(图89)。

用法

如对方以械击我胸部，我即以剑锷粘住敌械往下沉采，使之下沉并持剑俟机待发。

76.进步刺肋

右脚向前迈进一步，随之屈膝前拱，左腿在后伸直，体

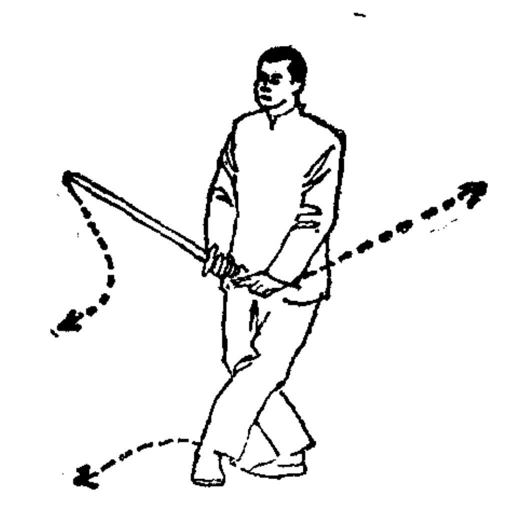


图 89

重移于右腿，两脚形成右弓式。同时，右手剑手心朝上向前（西南），左诀指手心朝下向后（东北）平行分开，始终保持前后成一平直线为度。眼神注视剑锋前方（图90）。

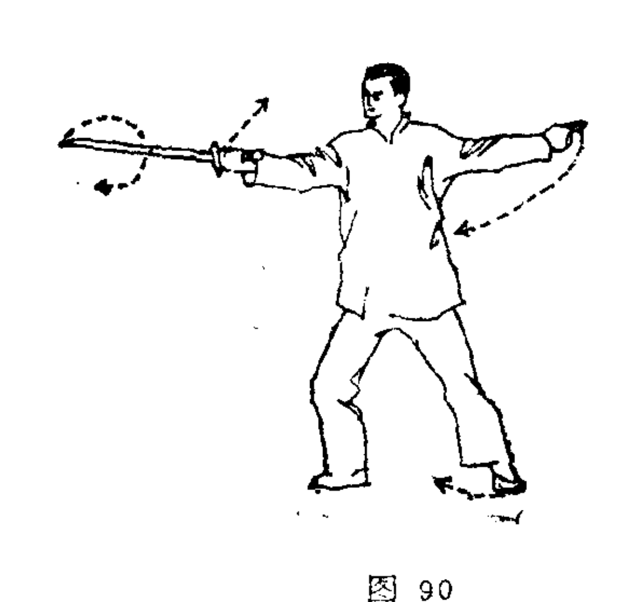


图 90

用法

此式系以我剑压在敌械之上，随其退势的动向而送劲刺其胸、肋等部。

第二十一剑　眉中点赤

77.松裆截腕

左脚脚尖里扣，右膝微屈，右手剑握成阴把（手心向内，虎口朝右前下方），使剑锋朝右前方；左诀指靠近左肋，左肘朝后下方沉坠。体重在右腿；眼神注视剑锋（图91）。



图 91

用法

如对方以械击我前胸，我则以剑锋迎截其腕。

78.坐步抹腕

右手剑以剑锋由右向左划一圆圈，虎口转180°（即原朝西转成朝东）。右臂微屈，右手腕向前上提起。同时，往后坐身，重心移于左腿，右脚尖扬起。左诀指使指尖贴近左肋，手心向上。眼神注视前方（图92）。

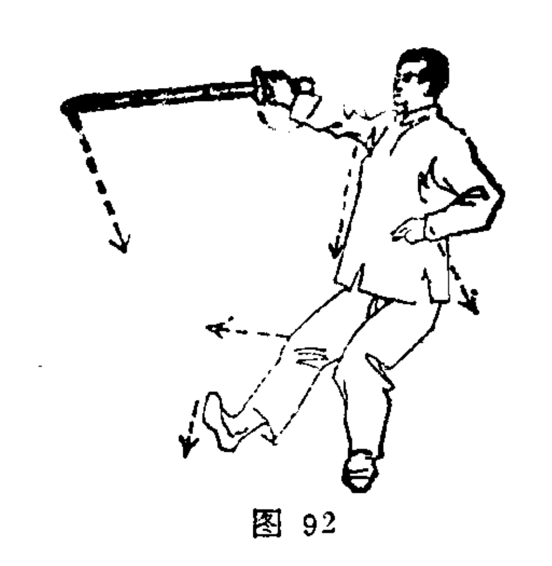


图 92

用法

如对方以械向我胸部打来，我即以剑先从下面截斩敌腕落空后，再由下绕圈反上往回提抹敌腕。

79. 弓步追击

左脚落平，随之屈膝前拱，体重移于右腿。左腿在后伸直，两脚形成右弓式。同时，右手剑与左诀指同时屈臂沉肘，使两小臂内侧靠近两肋。眼神注视前方（西南）（图93）。

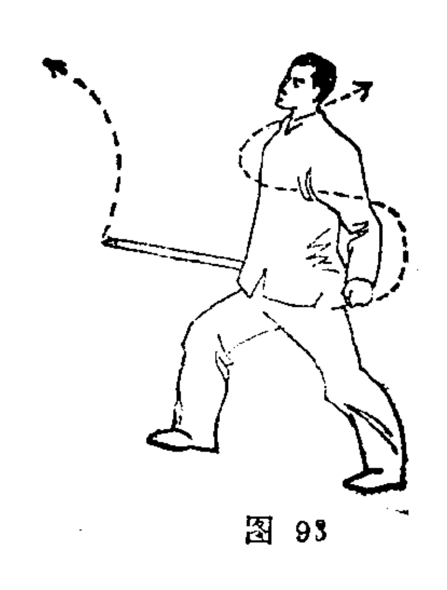


图 93

用法

如对方以械击我肋部，我即以剑锷的中部粘住敌械往下沉采，并待机进攻。

80.进步点玄

右手剑直臂向前上方直伸后，腕部向上猛提；左诀指也朝左前上方伸展。同时，左脚向前迈进一步，落实后屈膝前拱与右脚形成左弓式，体重在左腿。眼神注视前方（西南）（图94）。

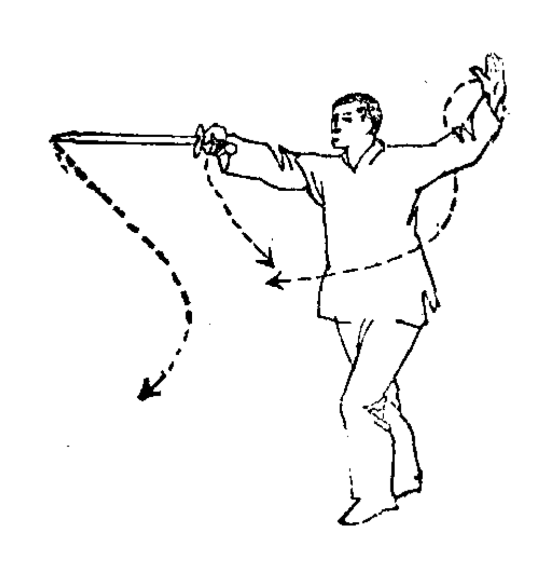


图 94

用法

见对方进击落空有后退之意时，我即瞄准敌双眉间的剑锋猛击。

第二十二剑　退步反剪腕

81.缩步游身

右脚微向前移不停，随即往身后撤一大步，仍虚着地面。同时，双手握成合把剑，两臂舒直使剑锋向前探出点刺。重心仍在左腿。眼神注视前方（西南）（图95）。



图 95

用法

如对方以械击我前胸，我即将后脚向前收回，复又往后伸出，借其伸缩之劲（即缩步游身），使身体前进或后退一大块（既能防人进攻，又便于袭击对方），并以剑迎截敌手腕或点刺其胸。

82.背步错抹

右脚落实，左脚随后从身后倒插一步，使左膝抵住右腿腘窝，左脚跟虚起，前脚掌着地，两脚形成背步。同时，两臂微屈抱剑朝右转身90°，体重移于右腿。眼神注视剑身中部（图96）。

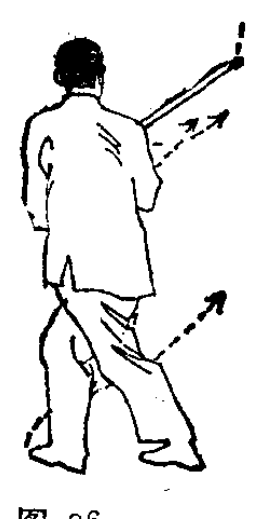


图 96

用法

如对方从身后击我腰部，我边退边转身；在避开其械的同时，屈臂抱剑反割敌手腕或臂部。

第二十三剑　提步翻身刹

83.独立提格

左脚跟微向后落实，提起右膝，右脚垂悬不落。同时，两臂微屈，仍握合把剑向身体右方往上提格。眼神注视剑身中部。左腿直立支撑体重（图97）。

用法

如对方以械击我头部，我即双手抱剑，以剑锷粘住敌械朝身体右侧往外、往上提格，避其攻击，俟机反攻。

84.半马劈夺

右脚向前落步、屈膝上提，使膝盖与踝骨成上下垂直，

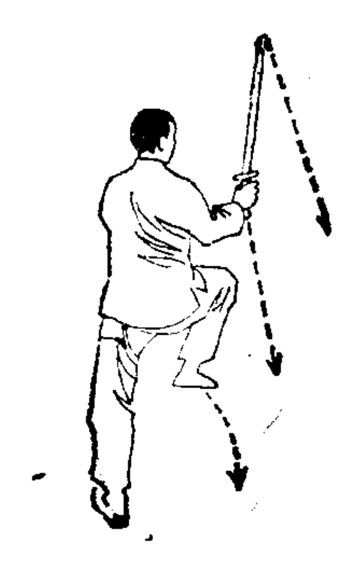


图 97

承30%的重量；左脚尖与左膝盖成上下垂直，承70%的重量。同时，两手握剑先朝前（东北）往上直臂伸出，再向下、向后沉落（如以斧劈柴状）。眼神注视前方（图98）。

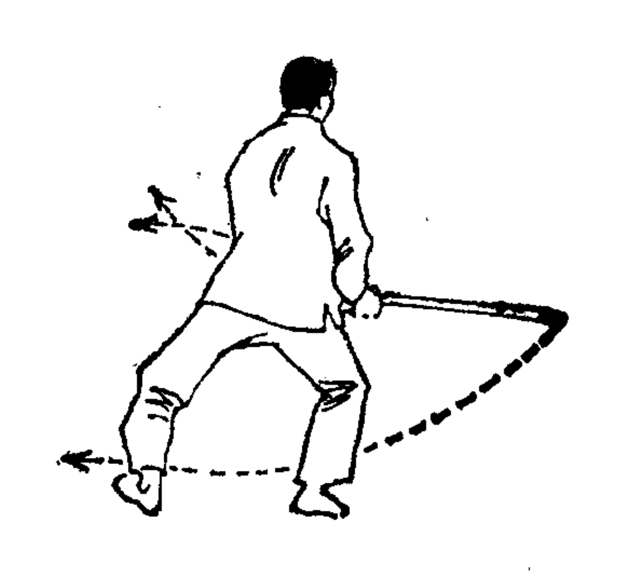


图 98

用法

如对方来械被我用剑锷粘住不离，随即将剑高擎朝对方头顶劈剁。

第二十四剑　玉女投针

85.长身前格

两腿直立，右脚向左横移半步，脚尖着地与左脚形成丁虚步，体重移于左腿。同时，右手剑臂外旋使剑鐔朝天、剑锋朝地，往左移动到两脚中间，将剑锷朝外送出。左诀指扶在右脉门处。眼神注视剑身中部（图99）。

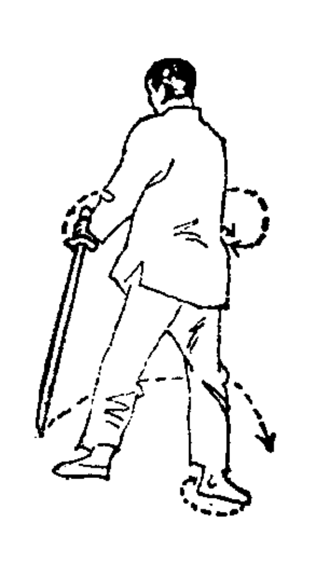


图 99

用法

如对方以械击我前胸，我即以剑锷阻住其械，并以剑锋刺其腿部。

86.转身后拨

右手剑臂内旋使剑锋朝地，旋转一周由左前方往右后方移动到虎口朝下，手心朝外，右臂向东南伸直。左诀指仍扶右脉门。同时，右脚提起一下，再落下使脚尖外摆，随之屈

膝，体重移至右腿，左腿在后伸直，两脚形成盖步。眼神注视剑身中部（图100）。



图 100

用法

对方以械从身后击我腿部，我即转身持剑向外粘住其械，并俟机反攻。

87. 开裆反撑

右手剑持剑的姿势不变，只随着身体向右转动而转到身后时，臂内旋使手心转向里，腕部用劲往外往上将剑微提。同时，左脚向左前方迈进虚步，体重仍在右腿。这时，左诀指靠近右肋，指尖指向剑鐔。眼神注视剑锋（图101）。

用法

对方以械击我腿部，我即以剑锷粘住其械向上提格，并以剑锋刺敌腿部。

88. 探刺解溪

右手剑以剑锋引导从身后到身前沿着右脚尖、左脚尖的



图 101

旁边往前（正北）直臂将剑送出，剑锋高度在膝盖以下。左诀指臂直朝左方指出。同时，左脚落实，随之屈膝前拱；右腿在后伸直，两脚形成左弓式，体重在左腿。眼神注视剑锋（图102）。



图 102

用法

如对方持械流动（即跑和走）向我进攻，我则以械追随

其腿的动向而动，视对方步子稍有停顿，剑锋即朝其足三里、解溪穴刺击。

第二十五剑　海底擒鳌

89.分臂圈剑

右手剑与左诀指同时臂内旋各划一小圆圈，之后，两臂微向外撑，使虎口均朝下，手心均朝外。两脚仍为左弓式，体重仍在左腿。眼视剑锋（图103）。

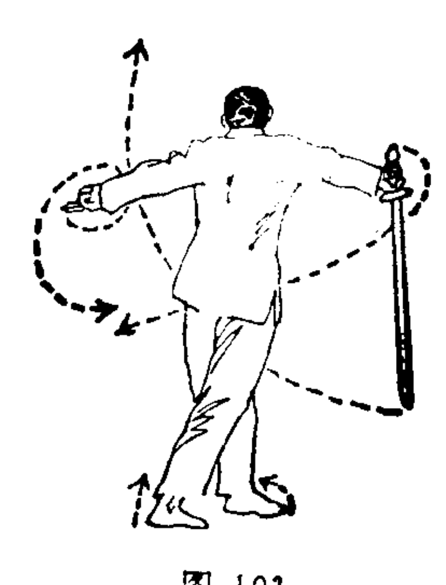


图 103

用法

对方以械击我腿部，我即以剑锋划圈使对方击来械改变位置，如原在我身左侧可更为身右侧，方能乘际进击。

90.歇步捧剑

右手剑屈臂外旋划一小圆圈，将剑锋移到左脚尖时，再与左诀指合把持剑使剑镡与左膝相触，剑锋朝天（图104）。

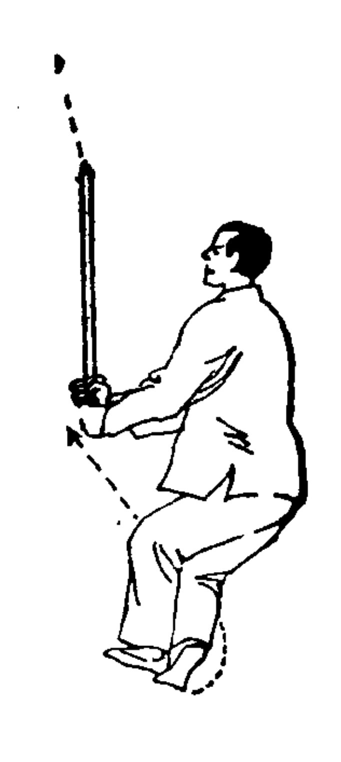


图 104

用法

对方以械击我右腿落空复击我左腿，我即以剑锋划圈格开敌械，再捧剑上迎击其面或喉部。

91.提膝顶剑

两手捧剑形势不变，只是左膝向前、向上一顶剑鐔有一种要离开的劲，两手捧剑直臂朝前上举起。同时，提起右膝，右脚垂悬不落，左脚独立支撑体重。眼神注视剑锋（图105）。

用法

对方以械击我落空后，复因受我剑劈头而仰身后退，所以应提膝顶住剑鐔使剑锋往前、往上长出一大段以击敌咽喉或前胸。

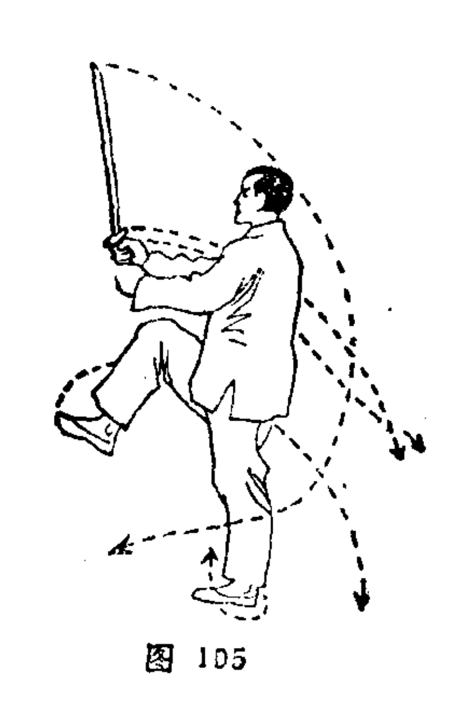


图 105

92.凤凰寻窝

此式系以“身随剑走，剑掩身形”，即右手剑以剑锋引导走弧形线180°，即由前上方经右方到后下方(原面朝北转成面朝南)。同时，右腿原为扬膝动作，转成90°后右脚外摆落在左脚的前边形成坐盘（歇步）。这时，右手剑从上向右后下落，落到右肘与右膝相接触为度。右臂微屈，手心向上；左诀指仍扶右脉门处。右手剑剑身成水平，剑锋朝西，剑鐔朝东。体重在右腿。眼视剑锋（图106）。

用法

此式为洗字诀，即无论对方以械朝我身前或身后来击，我则以剑粘住敌械而划动，即洗去敌械，再追击其腿部。

第二十六剑　翻身提斗

93.横架臂腕

右手剑使手心向里直臂上举过头顶；左诀指靠近剑鐔。

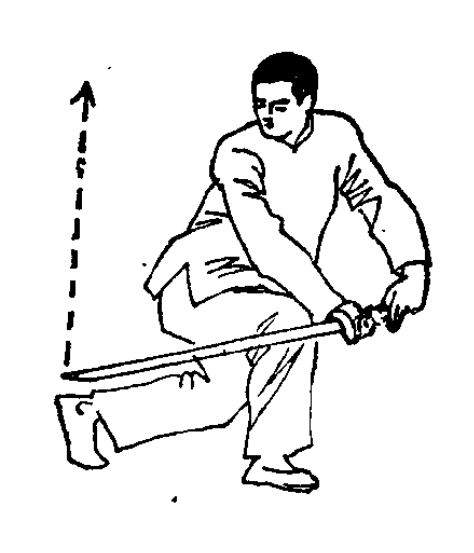


图 106

同时，右腿直立，长身上起，左腿形势不变，两脚仍成背步，体重在右腿。眼神注视剑身（水平）中部（图107）。

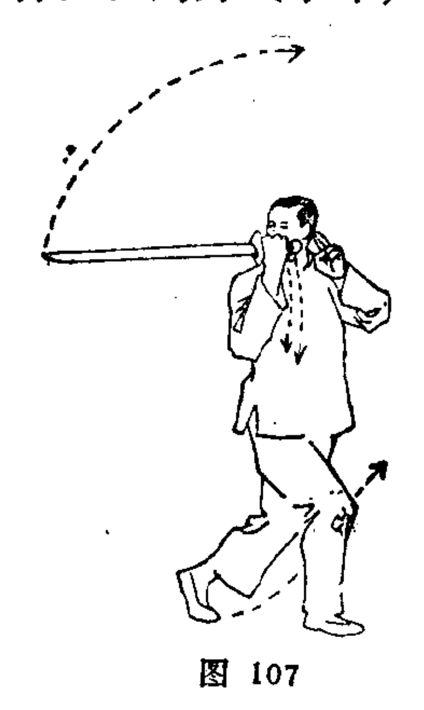


图 107

用法

对方以械朝我头部打来，我即举剑上迎横架截斩敌之臂、腕等部。

94.童子抱香

右手剑使手心仍向里，沉肘坐腕，虎口向上，剑锋朝天。同时，左膝提起，左脚垂悬不落，用右腿支撑体重。眼神注视剑锋（图108）。



图 108

用法

如对方以械朝我前胸击来，我以剑从其侧下方向上抄击敌臂、腕等部。

95.拂尘飘摆

右手剑以剑引导向左落下，落到手心靠近左膝外侧，使剑身成水平而高度与膝相平为度。同时，左脚脚尖向右转降落到右脚旁落实。随之，上身也往右转成面朝西。右脚由实变虚，脚跟虚悬后转与左脚形成并步；左诀指仍扶右脉门处。体重在左脚。眼神视前方（正西)(图109)。

用法

对方以械向我身左侧进攻，我则以剑粘住其械向下沉采或下截其臂腕。

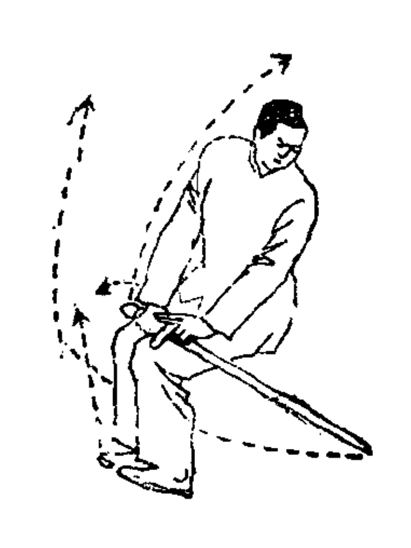


图 109

96.倒提垂扬

左脚蹬地，身体直立。右脚提起垂悬不落；右手剑随同身体的上起而将剑由下向前（正西）上方提起，超过头顶使剑身成水平，剑锋朝西，剑鐔朝东，虎口向前，手心朝右；左诀指臂直下指地面。两眼平视前方（正西）（图110）。



图110

用法

我以剑先化开敌来械，再行提剑，以剑锋向上撩击敌双目。

第二十七剑　反手式

97.青龙返首

左诀指和右脚同时向前（正西）伸直与踢平。同时，右手剑随同眼神往后（正东）平视，使剑身直臂劈出至高与肩平为度；左腿支撑体重，右腿伸直，脚尖向前踢出与胯平而垂悬不落（图111）。

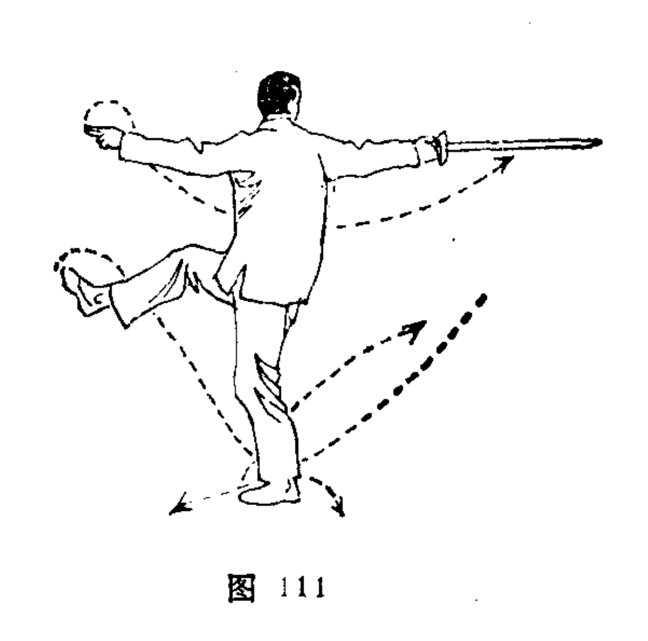


图 111

用法

如对方从身后以械击我右腿，我则将右脚向前抬平避开其械，并以剑往后反劈敌头、肩、臂、腕等部。

98.转身加鞭

右脚收回下落，落到左脚的位置，而左脚不等右脚落下即提起垂悬不落。同时，上体向右转身约180°（原面朝西转朝东）；右手剑与左诀指同时互换位置，它们的变动系随身体的转动而动，即左诀指转向正前方（正东）直臂指出，右手剑移动到身后直臂反腕上提剑鐔朝天，剑锋朝后下方。右腿支撑体重。眼神平视前方（图112）。



图 112

用法

对方以械击我实腿，我即转身换步将实腿变成虚腿而垂悬不落，形成独立步。同时，以剑由前往后一带横抹其臂腕。

第二十八剑　进步栽剑

99.展臂飞翔

右手剑从后下方向前上方提举，剑锋斜朝上空。同时，

左决指屈臂回指剑镡；右腿支撑体重，左脚提起仍垂悬不落。两眼注视剑锋（图113）。

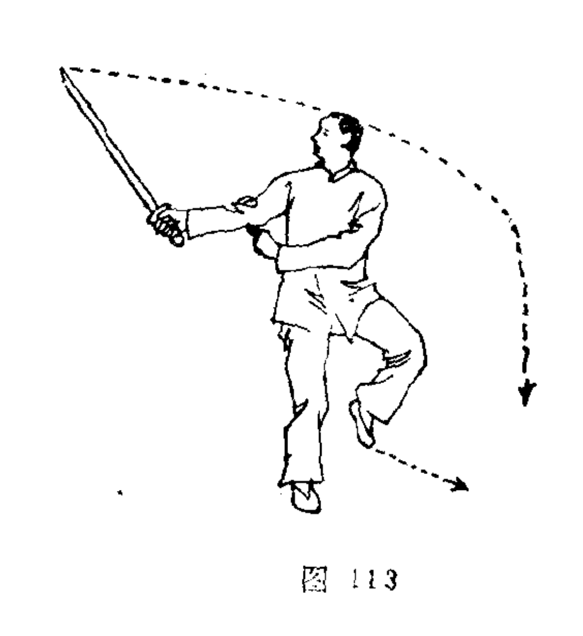


图 113

用法

对方以械击我身右侧，我即以剑由下向上抄起，洗去敌械或洗击敌臂、腕等部。

100. 进步指裆

右手剑以剑锋引导由上向前、向下落，落到接近地面为度；左决指扶在右脉门处。同时，左脚向前落步，随之屈膝；左脚在后伸直，两脚形成左弓式，体重在左腿。两眼注视剑锋（图114）。

用法

对方以械击我腿部，我即略侧身进步，并以剑贴靠而进击其裆部。

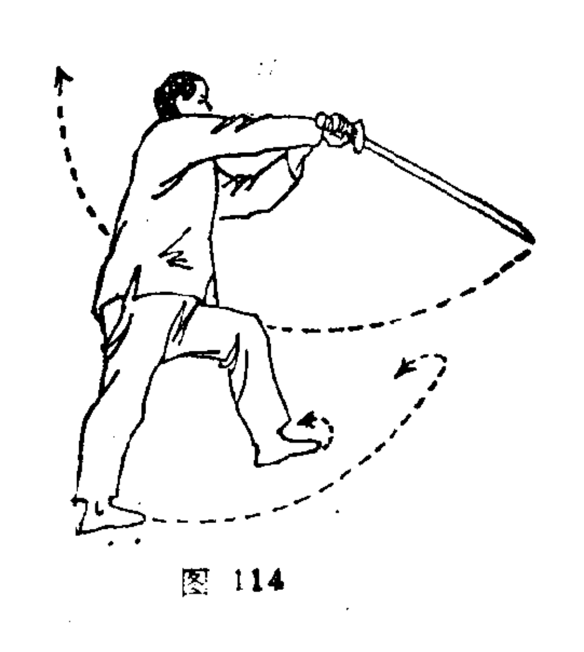


图 114

第二十九剑　左右提鞭

101.剑步调换

左脚朝前（正东）迈进一步，不停，以脚跟为轴，脚尖里扣，身体随之向左后方扭转，转成面朝西。同时，右手剑以剑锋引导走一个立圆形的半个圈（即由东往下往后至正西）；左诀指始终不离右脉门处。这时，往后坐身，右膝微屈，体重寄于右腿；左脚微向后撤，脚尖虚沾地面。剑锋由下向前上方挑起，高与鼻尖相平。两眼向前（正西）平视（图115）。

用法

对方以械从后刺我腰部，我即向前上步，再往回急转身，并以剑掤点或割敌臂腕或刺其前胸。

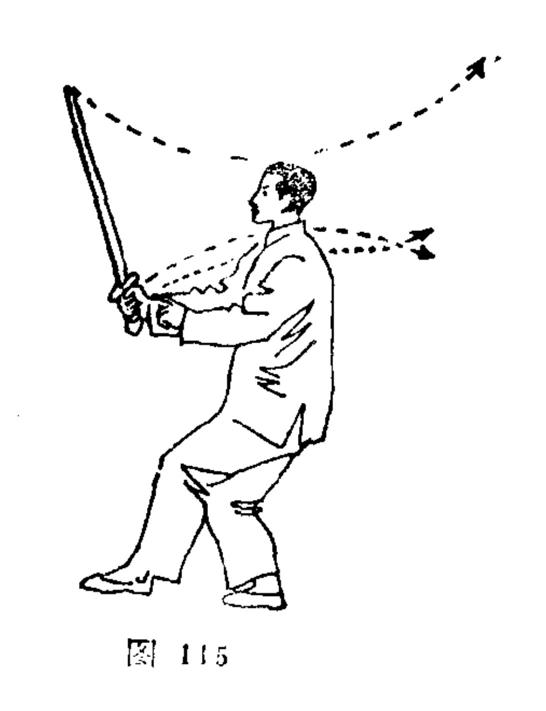


图 115

102.虚步后提

上体略向右转，右臂微屈，松肩沉肘而带动右手剑由前向右、向后平移到身体右后方时，臂伸直；剑仍竖直（即剑锋朝天，剑鐔朝地）。与此同时，右腿屈膝略蹲，左脚向后撤回靠近右脚，脚尖点地，两脚形成胯虚步，体重在右腿。眼神注视剑锋（图116）。

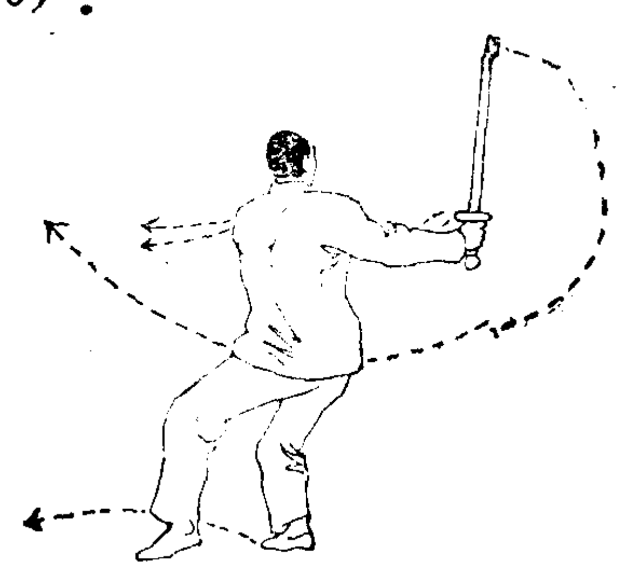


图 116

用法

对方以械向我面部击来，我则以剑锷粘住敌械往外捩格，或以剑顺其来势提割其臂、腕等部。

第三十剑　进步撩腕

103.垫步后劈

右手剑腕部松力，使剑锋由上向右（正东）降落，落至高与肩平时，左脚向前（正西）垫上半步，落实，体重移至左腿。同时，左诀指扶在剑墩上。眼神注视剑锋（图117）。

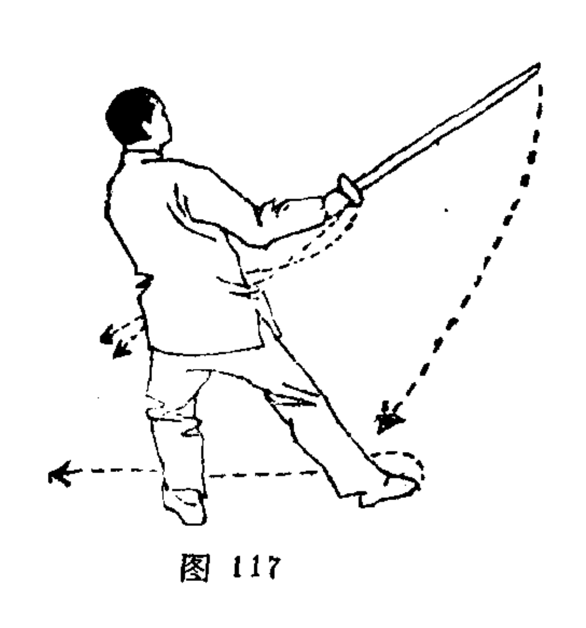


图 117

用法

对方以械击我脊背，我即前进半步避开来势，并以剑锋点击对方手腕。

104.弓步撩腕

左脚落实，随之右脚向前迈进一步，屈膝前拱，左腿在

后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。右手剑在右脚前进的同时，臂外旋将剑顺着右腿外侧撩出，使剑身平直与肩同高为度；左诀指仍扶在右脉门处。眼神注视剑锋（图118）。

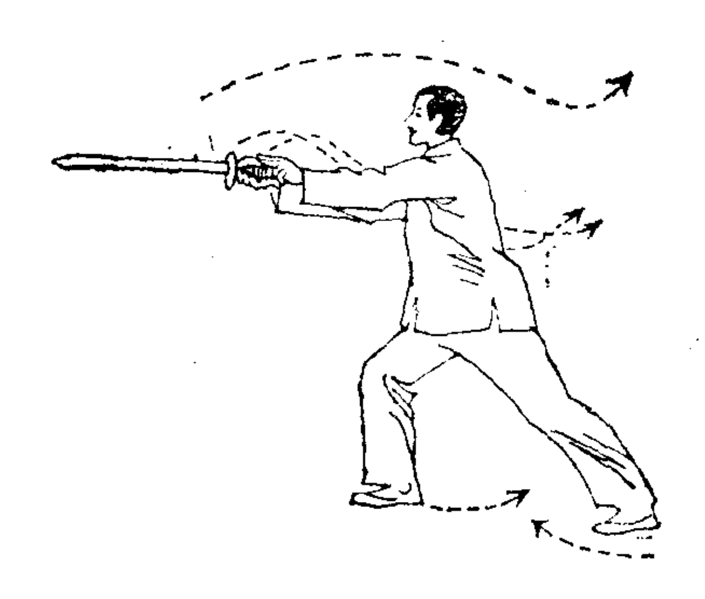


图 118

用法

对方以械击我胸部，我略闪身避开其利锋，随即进步并以剑由下向前下方撩击敌臂腕。

105.虚步带剑

右膝松劲，往后坐身，体重移于左腿；收回右脚靠近左脚，脚尖点地，两脚形成虚步。同时，右手剑臂内旋，松肩坠肘，将剑带回靠近前胸左侧。左诀指仍扶右脉门。眼神注视前方（图119）。

用法

对方以械朝我面部击来，我即将剑竖起粘住其械往外横格，或以剑往回上带截击敌手腕。

106.弓步撩腕

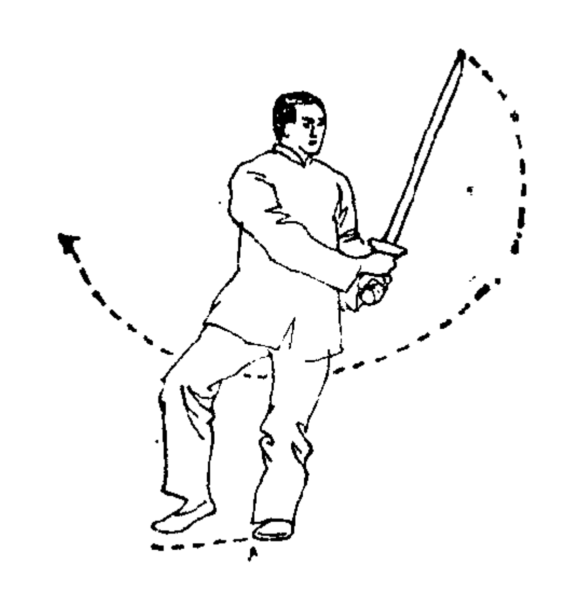


图 119

右脚向前垫进半步落实，再进半步，随即屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚成左弓式，体重在左腿。右手剑以剑锋引导走弧形线，在右脚垫步的同时，剑锋开始向后（正东）、向下，随同左脚前进而向前反腕撩出（即右手虎口朝后下方，手心朝前下方，小手指朝天），至剑身高与肩平为度；左诀指指向剑鐔。眼神注视剑锋（图120）。

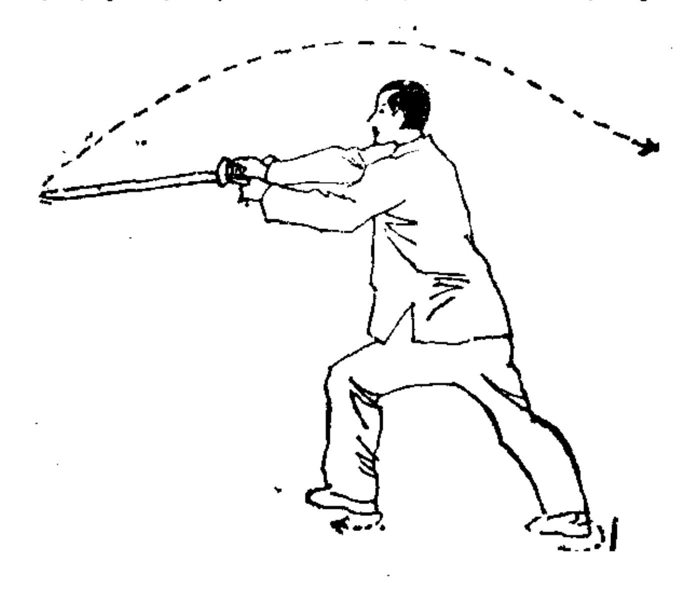


图 120

用法

对方以械击我脊背，我即向前移步避开，并转手落剑击其手腕；敌复朝我前胸击来，我即侧身进步，以剑反撩其臂、腕部。

第三十一剑　落花待扫

107.转身沉采

向右转身朝正北方，两膝松力，身体下蹲成马裆步，体重于两腿间。同时，右手剑与左诀指在身前两臂高举过头顶，之后，走上弧形线朝左右分开，分到高与胯相平时，剑锋朝正东；诀指指向正西。眼神注视正西（图121）。

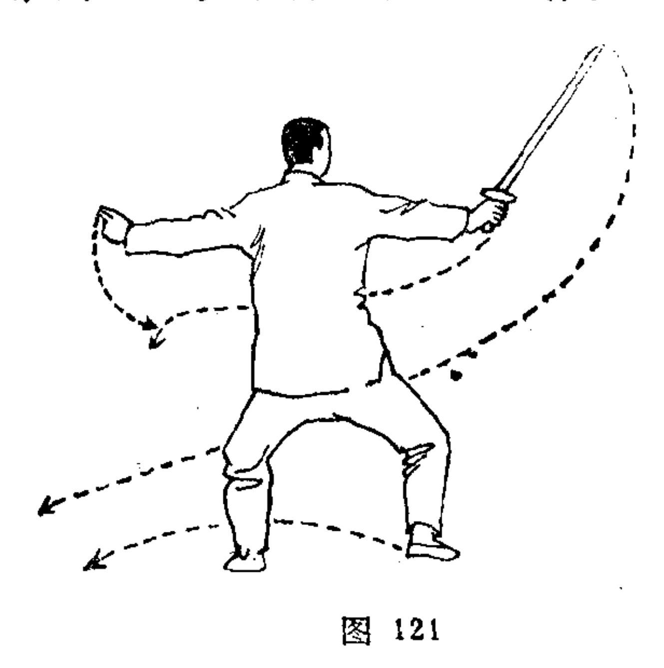


图 121

用法

对方以械从身后击我头部，我即转身避开来势，并以剑顺势粘住其械向下沉采，或向前劈敌头、肩、臂、腕等部。

108.弓步扫膝

上体微向左转身，同时左脚向左外摆。右脚向左脚前迈进一步，随即屈膝前拱。左脚在后，腿部腘窝舒直，两脚成右弓式，体重在右腿。同时，两手握剑柄成阴阳合把剑，顺右腿外侧向前撩出，使剑锋高度不越过膝盖。眼神注视剑锋（图122）。

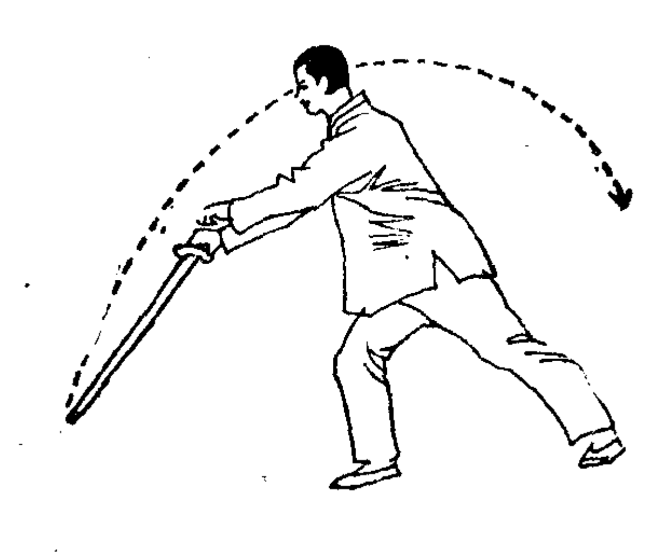


图 122

用法

对方以械向我腿部击来。我即进步趁势以剑撩击其腿部。

109.转身回挂

左膝松力，往后坐身，体重移于左腿，收回右脚靠近左脚，脚尖虚沾地面。同时，两手仍握合把剑松肩坠肘，臂微屈将剑竖起往身体左侧带回。眼神注视剑锋（图123）。

用法

对方以械击我前胸，我则以剑往横格敌手腕。

110.弓步撩膝



图 123

上体微向右转，体重移于右腿的同时，左脚前进一步。随之，左膝前拱，右腿在后伸直，两脚成左弓式，体重移于左腿。同时，两手仍握合把剑，先向后（正东）、向下，再顺左腿外侧随同左脚前进向前反撩，至剑锋高与膝相平为度。眼神注视剑锋（图124）。

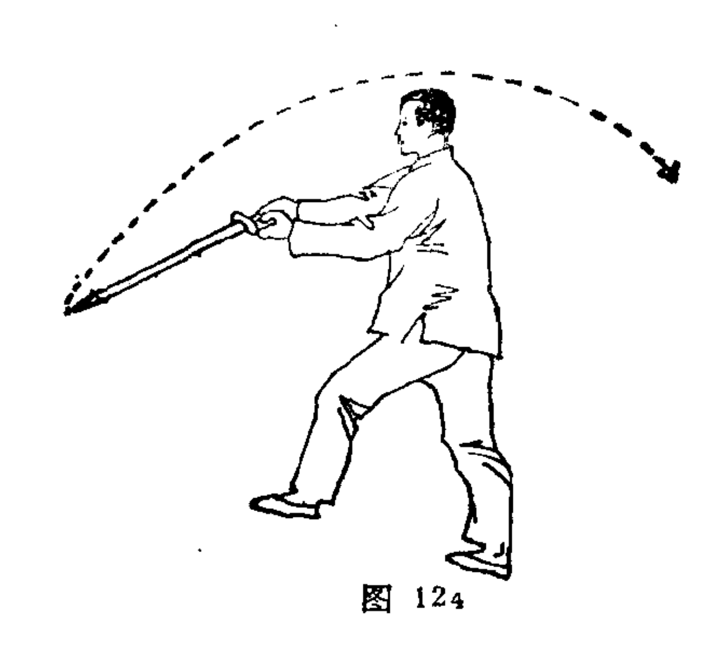


图 124

用法

对方以械击我腿部，我则以剑锷粘住其械，进步反撩其膝。

第三十二剑　左右翻身劈面

111. 佯败虚劈

上体向右后转身不停再转向左，稍向前（正西）俯身（含欲逃之势），随即右脚向前（正西）迈进一步成右弓式。同时，两手仍握合把剑，由前（正西）经过身前向后（正东）虚劈一剑落下，靠近右腿外侧。同时，回首，两眼从右肩上方往后（正东）偷视（图125）。

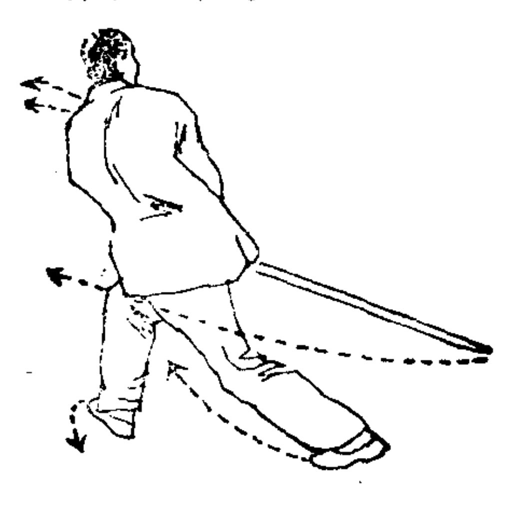


图 125

用法

对方以械击我腿部，我则向前进步避开其击，并以剑朝其头部虚劈一剑以助躲闪之势。

112. 弓步劈面

两眼视线收回，再从左肩上方往后（正东）平远视。同时，上身也随着转向后（正东）方；左脚随着提起，待整个身

体转过来后，再朝左前方（东北）迈进一步，落实拱膝与右腿形成左弓式。两手仍握合把剑，随同身体的转动而向前方（正东）劈出（图126、图127）。

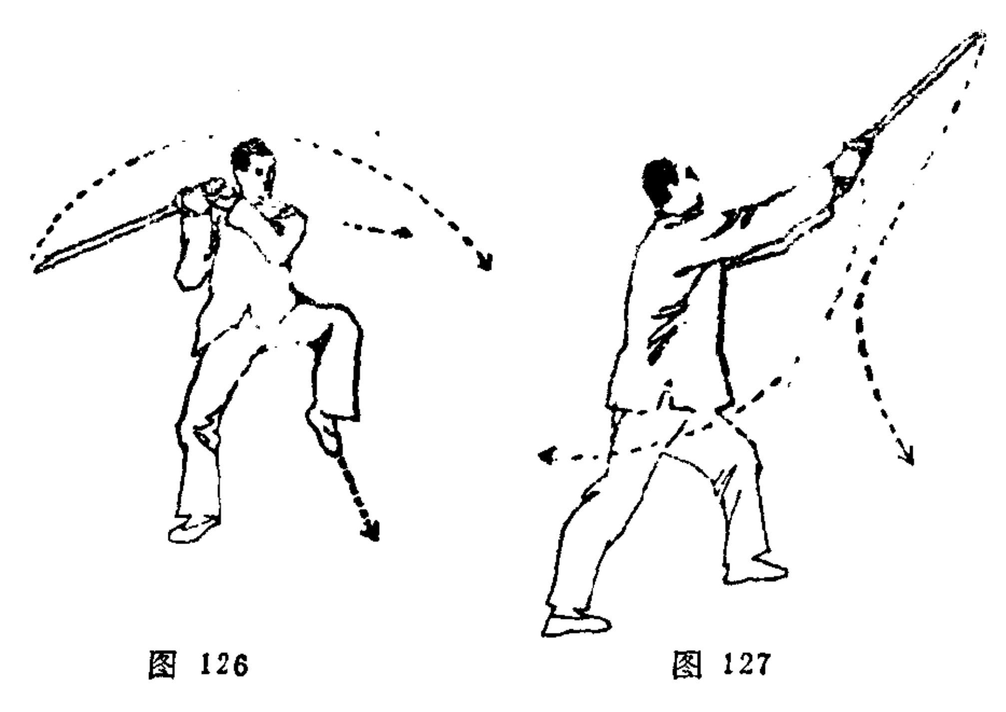


图 126　　　　图 127

用法

对方以械从身后向我追击时，我即突然翻身，并以剑劈敌头部。

113.带剑佯败

两手握剑劈出后随即往回一带，使剑锷靠近身体左侧。同时，向右转身（含有败势）。随后，左脚向前（正西）迈进一步，落实拱膝，右腿在后伸直，两脚成左弓式，体重在左腿。眼视转向后方，从左肩头往后回顾（图128）。

用法

对方以械击我前胸，我则以剑随势作前后移动，使剑锷紧贴其械向下沉采或以剑击敌臂腕。

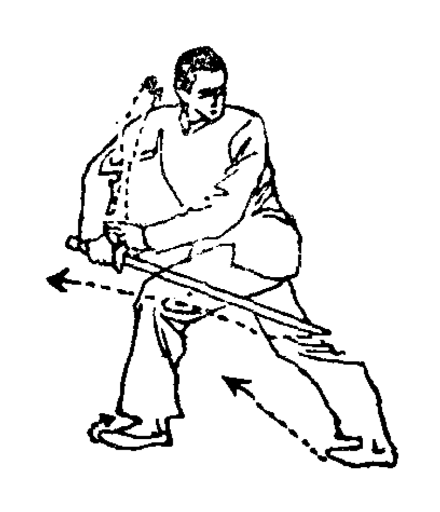


图 128

114.弓步劈面

头部向右转后，眼神从右肩头向身后（正东）平远视。同时，身体转向东时抬右腿。随之，向右前方迈进一步，落实拱膝，左腿伸直，两脚成右弓式，体重在右腿。两手仍握合把剑，随同身体的转动向前（正东）劈出(图129、图130)。

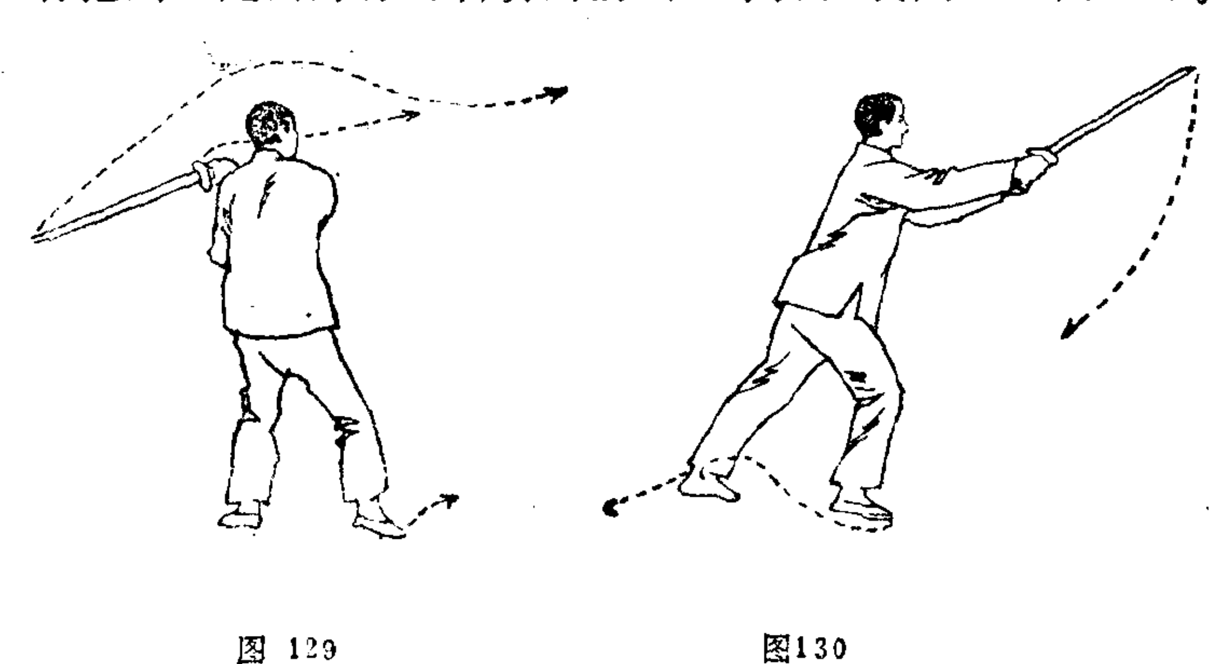


图 129　　图130

用法

对方以械从身后向我追击，我即突然翻身以剑劈敌头部。

第三十三剑　分手小云摩

115.分手后扫

两手仍握合把剑往后一撤，使剑镡与左膝接触，之后，微向前送出。右脚同时向后撤一大步，脚尖着地，脚跟虚悬后转，扭转后即落实屈膝；左腿伸直，左脚尖转向右方（正南），两脚成仆步式，体重在右腿。同时，两臂向左右分开，即左诀指指向左方（正东）；右手剑分向右方（正西），平肩展开。眼神注视剑锋（图131、图132）。

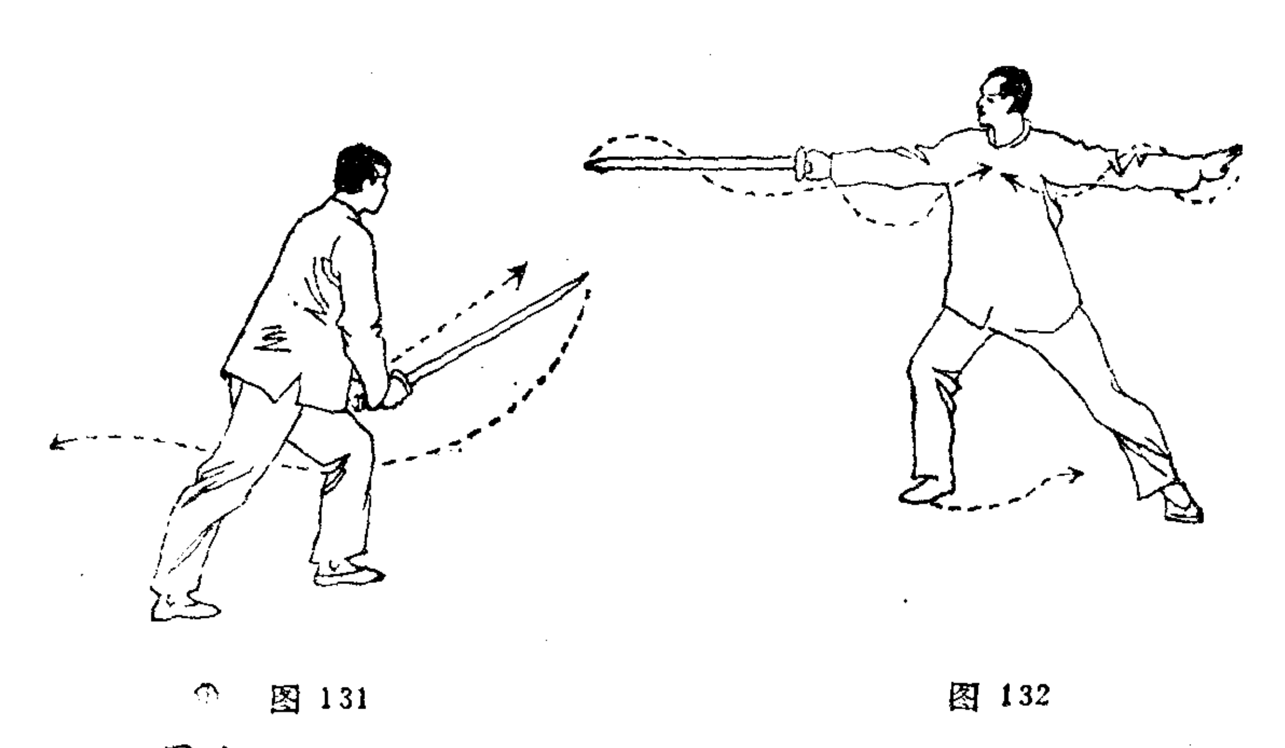


图 131　　图 132

用法

对方以械从身后击我腰部，我即向前长腰避开其械。继之，转身进步并以剑顺势横扫敌腰。

116.虚步抱剑

左膝松力，往后坐身，右脚随之撤回半步，脚尖虚沾地面，两脚成胯虚步，体重移于左腿。同时，右手剑屈臂内旋，松肩坠肘，使手心靠近前胸，剑身横平，剑锋朝西，剑镡朝东；左诀指同时屈臂，以指尖扶在右脉门处。眼神注视剑锋（图133）。



图 133

用法

如对方以械击我头、面部，我即将剑往回一带，抹敌手腕。

117.换把圈刺

步法与体重的形势均与上动相同，只是将右手剑交给左手握持，右手捏好诀指；上体微向右转；两手手心同时翻转朝天。右诀指仍扶左脉门处。剑锋朝前（正西），剑锷朝天、地。眼神顺剑锋平视前方（图134）。

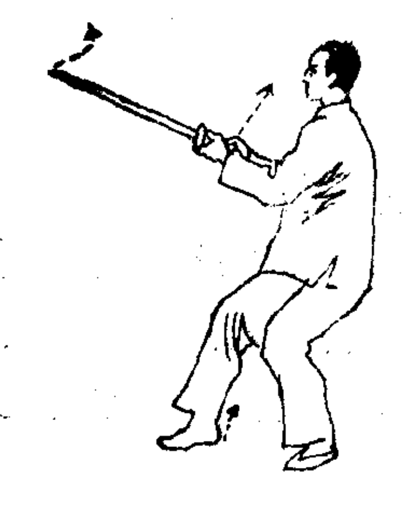


图 134

用法

对方以械击我落空欲逃时，我即顺其势以剑锋转刺敌前胸或咽喉等部。

118. 弓步掤截

右脚向右前方(西北)迈进一步，随之屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚成右弓式。同时，左手剑与右诀指，两臂同时外旋，臂微弯向前掤出，两手手心均向前（正西），虎口左右相对均朝后下方。体重在右腿。眼神视前方。剑锋与前额前后对正（图135）。

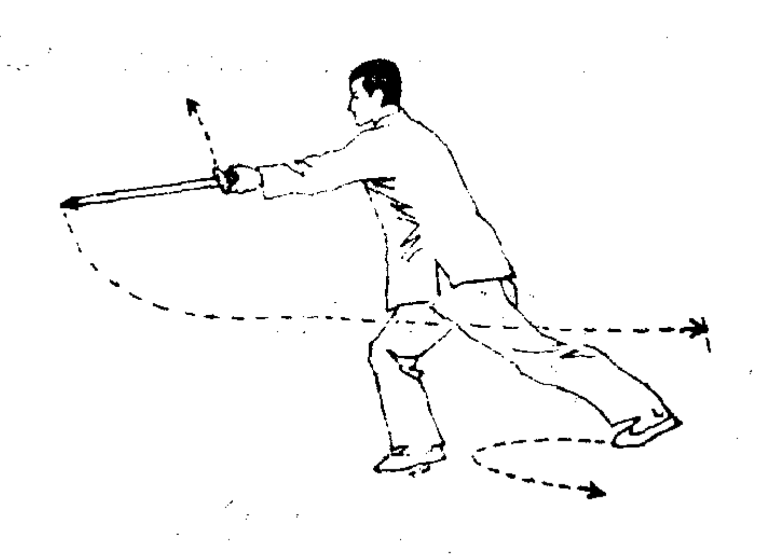


图 135

用法

对方以械击我头、面部，我即以剑沿敌臂下方往前使剑锋刺敌咽喉。

第三十四剑　黄龙转身

119.剑刺三里

左手剑向前下方(东南)直臂下指；右诀指向后上方（西北）直臂上伸（剑与诀指成180°直线）．同时，左脚先向前移动一下，随即朝左后方（东南）移一步．上体随之向左转动，转到面朝东南方向左脚落实．随之，屈膝前拱，右脚在后伸直．两脚成左弓式，体重移至左腿．眼神注视剑锋（图136）。

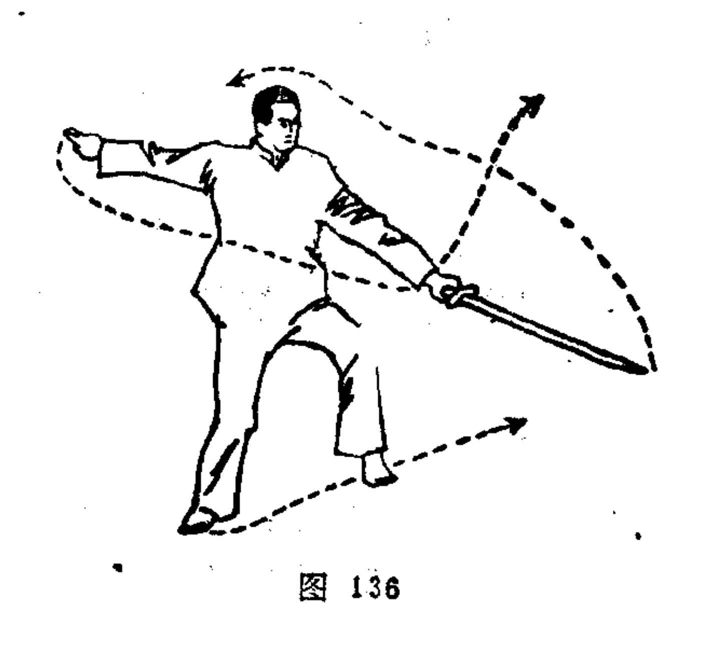


图 136

用法

对方以械从侧方击我左腿，我即将左脚向前挪移避开敌械，之后，转身进步并以剑锋击敌足三里穴。

120.大鹏展翅

右脚向剑锋所指的位置迈进一步，随之两腿同时直立，长身，两臂也同时朝身前的左右两侧前上方分展，两手手心也同时翻转向上。左手剑剑锋指向西北斜上方；右诀指指向东南斜上方。体重在左腿。眼神注视剑锋（图137）。

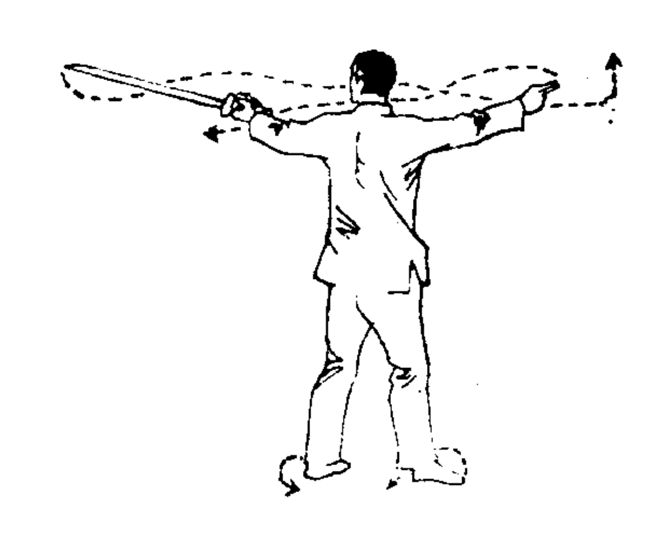


图 137

用法

对方以械击我头部，我即将剑顺敌臂下方贴着长身向上往外掤起，并以剑格击其臂、腕等部。

121.云朵飞旋

右脚的脚跟为轴，脚尖里扣，随之，脚跟扬起。同时，左脚也以脚跟为轴，脚尖外摆，这时左腿腘窝与右膝相接触形成歇步式。左手剑与右诀指的形态不变，只随着两脚的扣摆动作和身体的转动而动。最后落实到：剑锋原朝西方转到面朝东北方向；右诀指指向正南方向。体重移至左腿。眼神注

视剑锋（图138）。



图 138

用法

对方以械击我头、面部时，我即转动身形并以剑锋格击敌手腕。

122. 弓步掤剑

体重移于右腿，将左脚提起，以左膝与右肘尖相触。之后，左脚随即向左后（东北）方后撤一步，转身落实屈膝前拱，右腿在后伸直，脚跟外开，两脚形成左弓式，体重移于左腿。同时，两臂均作外旋，在身体转向正东时，直臂向前掤出，使剑锋与鼻尖前后对正。右诀指指向剑锋。这时，两手手心均朝前下方，虎口左右相对。眼神仍注视剑锋（图139、图140）。

用法

对方以械击我后脑，我即转身进步并以剑掤截敌臂、腕。

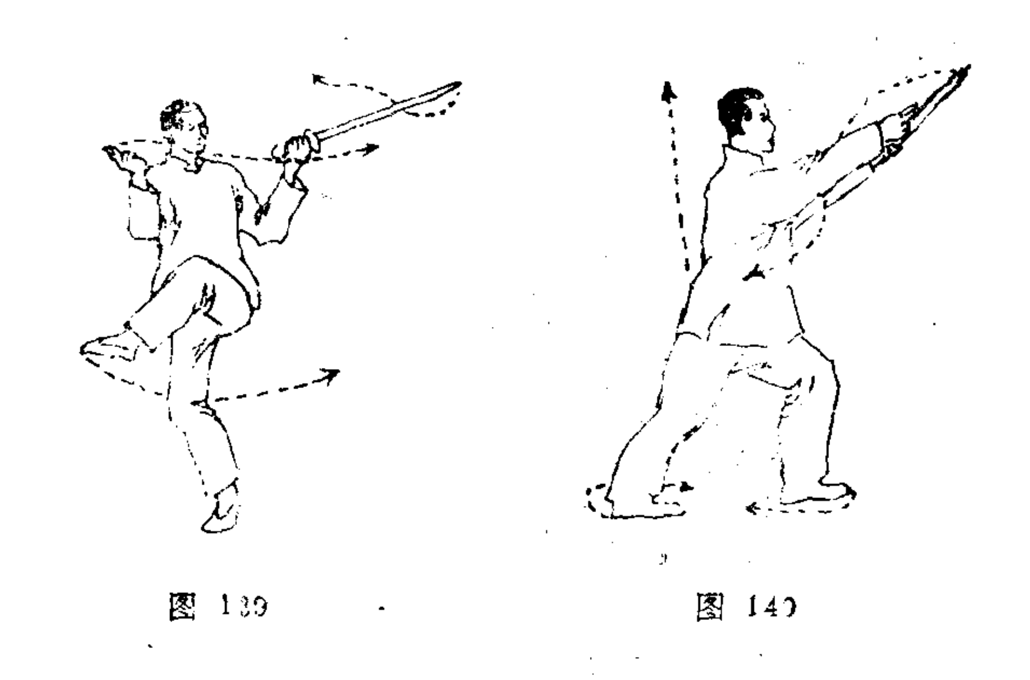


图 139　　　　图 140

第三十五剑　迎风掸尘

123.虚步圈抱

左手剑与右诀指同时屈臂环抱于胸前。同时，右膝松力，屈膝略蹲；左脚收回向右脚靠拢，脚尖着地，体重在右腿。两眼注视剑锋。这时，宝剑竖立对正面门，左手剑交给右手握持，左手扶在剑墩上，两手手心均朝里（图141）。



图 141

用法

对方以械击我前胸，我则以剑顺其来势横截其臂、腕。

124.歇步捧剑

两手握剑形势不变，只随同身体的转动由前向左转向后方。同时，左脚微向左侧移动，落下之后以脚跟为轴，脚尖外摆落实。随之屈膝前拱；右膝松力，使膝盖向前抵住左腿腘窝，右脚脚尖着地，脚跟离地扬起，体重移至左腿。眼神平视前方（正东）（图142）。

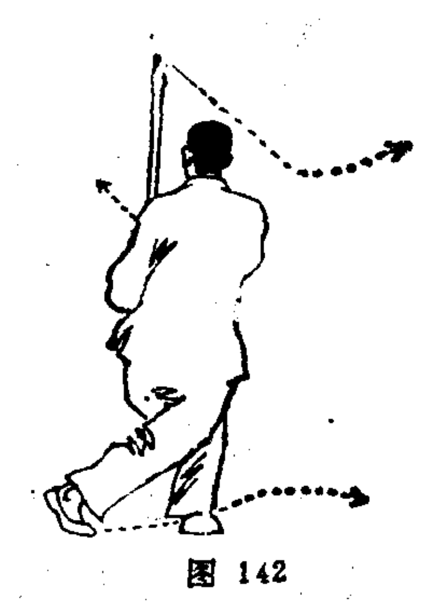


图 142

用法

对方以械击我前胸左侧，我即向左转身，以剑锷粘住敌械的进击，或横格其臂腕。

125.坐步提挑

右手剑以剑锋引导向右（正东）倾倒，与剑身成水平线为度，松肩坠肘成"内把剑"，（即手心对正自已，手背朝外，拳骨朝天。）使剑锋含有向上提、挑之意。左诀指的手心朝里仍扶于剑墩上。同时，左腿形式不变，只将右脚向前

（正东）迈进一步，脚跟着地，脚尖翘起，体重仍在左腿。眼神注视前方（图143）。

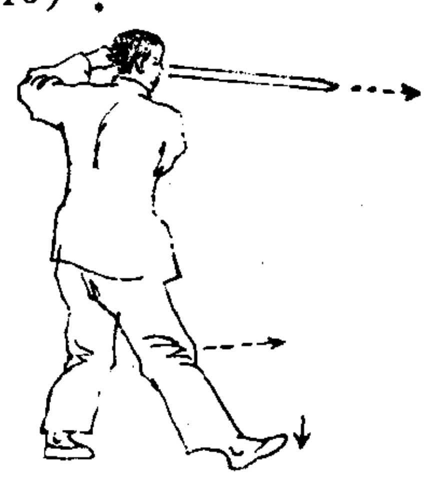


图 143

用法

对方以械击我前胸，我即微转身形并以剑锋挑击敌肩窝。

126.弓步探刺

右脚逐渐落实，随之，屈膝前拱；左腿在后伸直，两脚成右弓式，体重移至右腿。同时，右手剑随着身体的前进，向前（正东）平送出；左诀指仍扶剑墩。眼神注视剑锋（图144）。

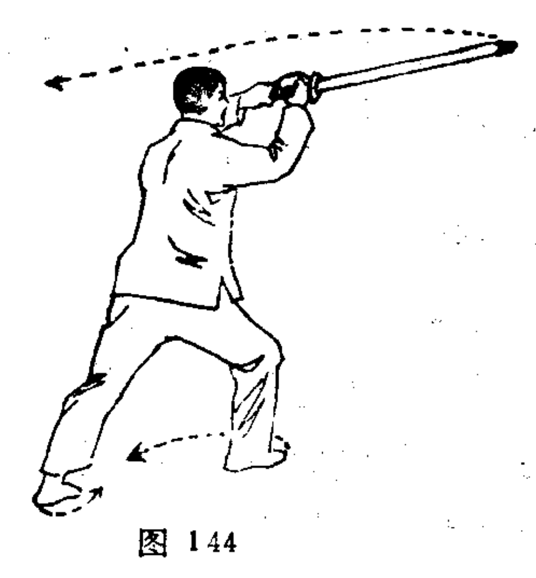


图 144

用法

当对方以械击我落空欲逃之际，我则以剑锋探刺敌面部。

127.虚步圈抱

左膝松力，右膝略蹲。右脚收回向左脚靠拢，脚尖着地，体重在左腿。同时，左诀指仍扶剑墩。两手手心均朝里，松肩坠肘，将剑竖直（即剑锋朝天，剑镡朝地）。带回置于胸前。眼神注视右前方（图145）。

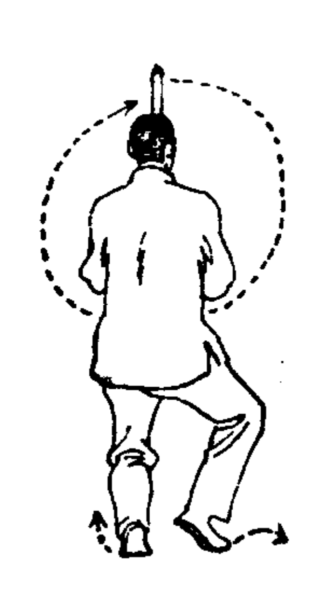


图 145

用法

对方以械击我前胸，我则以剑顺其来势横截其臂、腕。

128.歇步摔剑

右脚微向右侧移动，落下之后以脚跟为轴，脚尖外摆落实。随之，屈膝前拱，左膝松力，使膝盖向前抵住右腿腘

窝，左脚尖着地，脚跟离地扬起，体重移至右腿。同时，两手握剑形势不变，只随同身体的转动由前（正北）经右方再转向后方（正南）。眼神平视前方偏左（图146）。

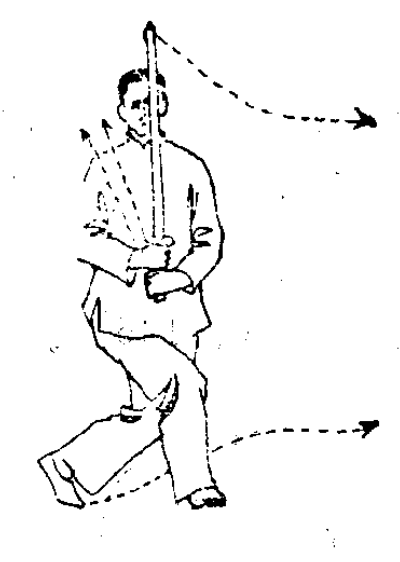


图 146

用法

对方以械击我胸右侧，我即向右转身，并以剑锷粘住敌械使其不得进击，或截格其臂、腕。

129.坐步提挑

右手剑以剑锋引导向左（正东）倾倒。左诀指向后（正西）推动剑墩，使剑身成水平为度，而使剑锋含有向上提、挑之意。同时，右腿形势不变；将左脚向前（正东）迈进一步，脚跟着地，脚尖翘起，体重仍在右腿。眼神注视前方（图147）。

用法

对方以械击我前胸，我即微转身形，并以剑锋挑击敌肩窝。

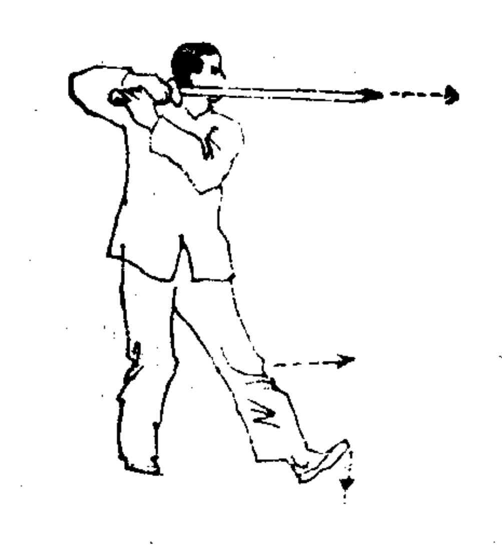


图 147

130.弓步探刺

左脚逐渐落实。随之，屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚形成左弓式，体重移至左腿。同时，右手剑随着身体的前进向前平送出；左诀指仍扶剑墩。眼神注视剑锋（图148）。

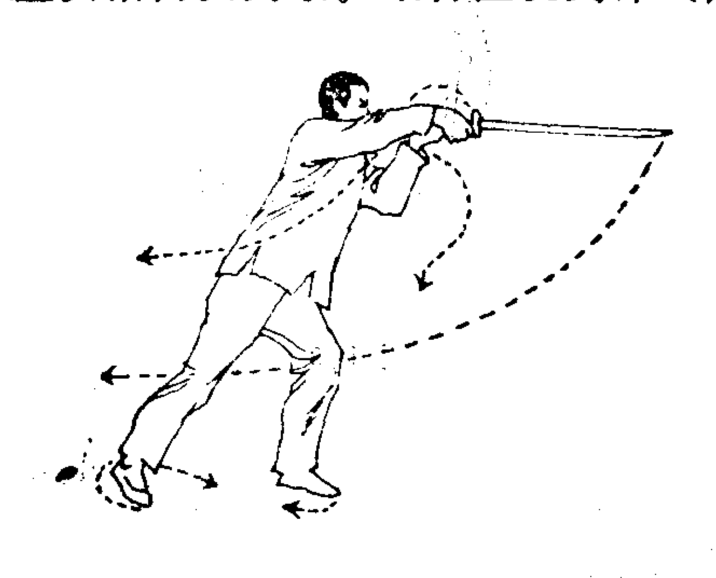


图 148

用法

当对方以械击我落空欲撤械之际，我即向前探刺敌面部。

第三十六剑　跳涧截拦

131.回身下截

右手剑屈臂使剑锋朝地，从身前往身后竖剑横拨，随之，身体也转向后（正西）。同时，左脚向里扣步，左膝微屈略蹲，体重寄于左腿；右腿屈膝上提，右脚脚尖虚沾地面。这时，两臂置于身体两侧，同时，松肩坠肘，两手手心均朝外、虎口均朝后下方。右手剑的剑柄含有上提之意，使剑鐔朝天，剑锋朝地。左诀指指向前下方。眼神注视剑锋（图149）。



图 149

用法

对方以械从身后击我右腿，我即转身收步，并以剑锷外格其械或以剑下截敌腿部。

132．提步外格

右手剑屈臂外旋将剑反提向上，使剑鐔朝后上方靠近面门，剑锋朝右前（西北）下方，右手心朝右后上方，虎口朝

前下方；左诀指扶在右脉门处。同时，右脚提起垂悬不落。左脚支撑体重形成独立步。眼神注视右前（西北）上方（图150）。

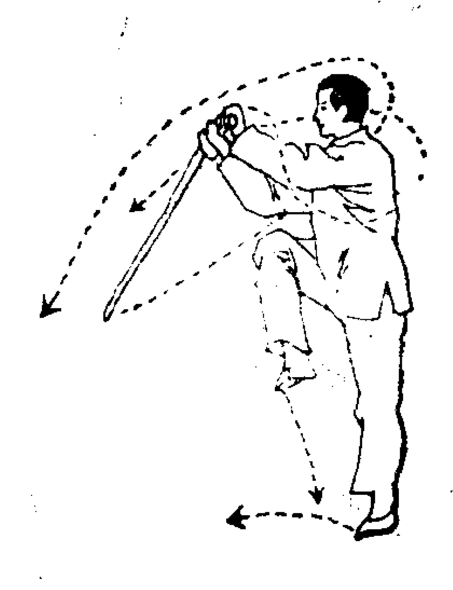


图 150

用法

对方以械击我头部，我即屈臂向上反提宝剑往外格开其械，并以剑锋击敌前胸。

133. 跳步劈拦

左脚蹬地，将身跃起，随即两脚相继落下。右腿屈膝下蹲使两膝内侧相贴为度。左腿舒直，左脚虚放在地面，体重在右腿。同时，右手剑和左诀指在身前同时分开。继之，向下、向后，再由后向上、向前、向下走一个立圆形的侧立花。最后，右手剑与左诀指仍在身体前方会合，使剑身平直落到高与胯相平为度。左诀指仍扶在右脉门处。眼神平视前方（图151）。



图 151

用法

对方以械横扫我小腿时，我即脚蹬地跃身，跳过敌械并以剑劈敌头部。

134.盖步反截

左脚脚尖外摆，随之，屈右膝，右膝向前抵住左腿腘窝，右脚跟扬起，使臀部接触小腿。同时，右手剑臂内旋握成阳把剑，使剑锋朝右前（西北）斜上方；左诀指指向剑镡，使左肘肘尖与左膝紧贴，体重寄于左腿。眼神注视剑锋（图152）。

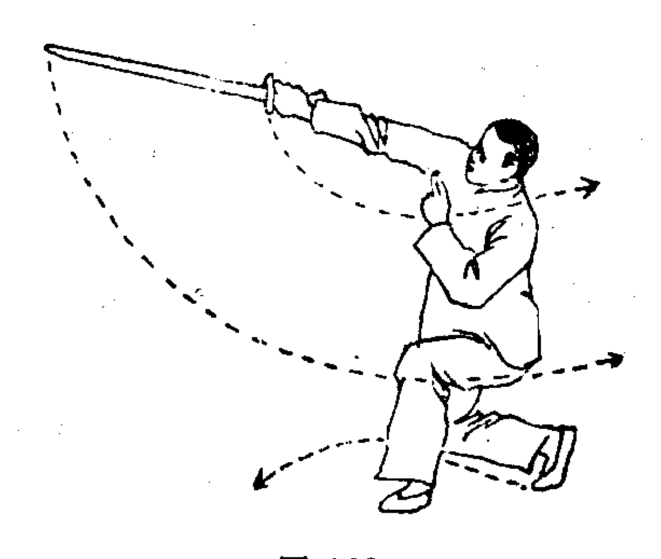


图 152

用法

对方以械击我右肩，我即缩身下移避开敌械，并以剑锋拦截敌臂、腕。

第三十七剑　左右卧鱼

135. 长身上掤

左腿直立支撑体重，右脚自动向前（正西）迈进一虚步。上体向左转动约90°。同时，右手剑臂部松力，使剑落下后，再作臂内旋而随同身体的转动，将剑向左、向上提起，往外掤出。手心朝外，虎口向下；剑锋向下，剑鐔向上。左诀指扶在右脉门处。眼神注视剑锋（图153）。

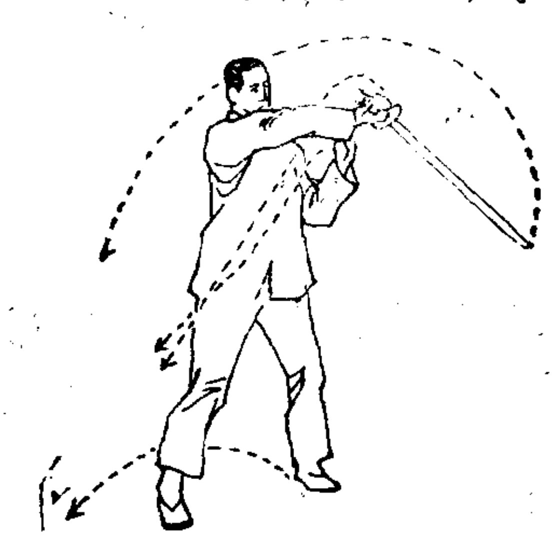


图 153

用法

对方以械击我头部左侧，我即向左转身以剑往上、往外掤截其臂、腕部。

136. 背步加鞭

右脚向前垫步落实，随之，屈膝下蹲；左脚向右脚右后方进一步（背步），以膝盖抵住右腘窝，脚尖着地，脚跟扬起，体重在右腿。同时，右手剑由左往右走上弧形由上向下落，至右手手背靠近右膝，使剑身成水平（即剑锋朝西，剑镡朝东），剑刃朝天地；左诀指始终不离右手脉门处。眼神注视剑锋（图154）。

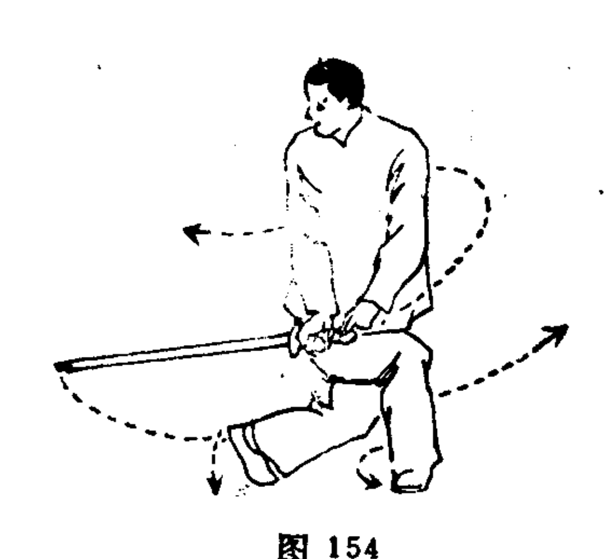


图 154

用法

对方以械击我头右侧，我即转身向右并拢剑迎击敌头部，或劈敌臂、腕。

137.白鹤亮翅

两脚均以脚掌为轴，随同身体的转动，转向后方（原面朝南，往左转为面朝北）。然后，两腿直立长身。两臂也同时从身体两侧往外、往上分展，高举过头顶，两手手心均朝上，至左诀指指向左前（西北）上方；右手剑朝右前（东北）斜上方掤出，剑锋朝右后（东南）下方。体重在右腿。眼神注视右前方（图155）。

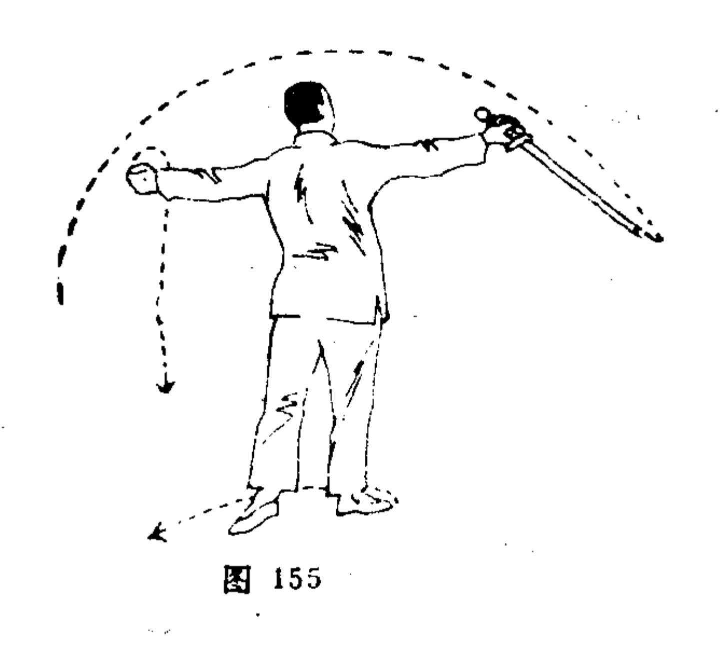


图 155

用法

对方以械从身后左侧向我进攻，我即向左后方转身，同时展臂以剑从下向上、向外提撩敌身。

138.燕落青萍

左脚向左垫半步，落实，随之屈膝下蹲，右脚从左脚的后面向左倒插一步，以膝盖抵住左腿腘窝，右脚脚尖着地，脚跟扬起，体重寄于左腿。同时，右手剑从右向左走上弧线降落，至右手心与左膝盖相贴近为度，使剑身成一横直线（即剑锋朝西，剑鐔朝东，剑刃朝天地）；左诀指扶在右脉门处。眼神注视剑锋（图156）。

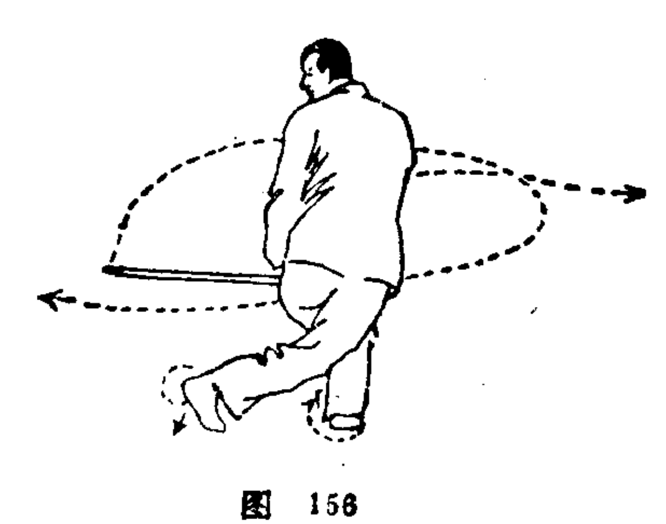


图 156

用法

对方以械向我前胸击来，我即略转身形，同时背步并以剑下截敌臂、腕。

第三十八剑 抱月式

139.转身横扫

两脚均以脚前掌为轴，随身体的转动而转向后方（即原面朝北，往右、往后转为面朝南）。然后，右腿屈膝略蹲，左腿伸直，两脚成铺步式。同时，右手剑与左诀指在转过身体之后，从身体两侧往外展开，至臂高与肩平为度。两手手心均朝下，剑锋指向正西，左诀指指向正东。体重在右腿。眼神注视剑锋（图157）。

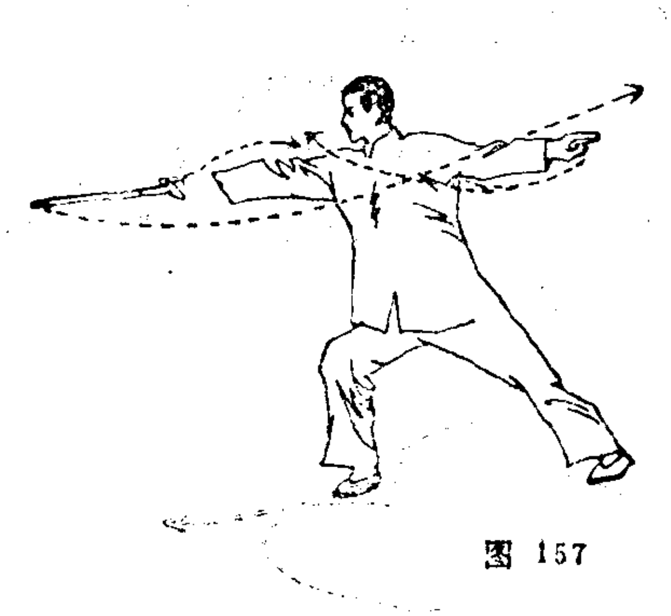


图 157

用法

对方以械击我后腰，我即向后转身，并展臂以剑横扫敌腰部。

140.弓步圈刺

右腿仍屈膝前拱，左腿舒直，两脚形成右弓式，体重在右腿。同时，右手剑以剑锋引导由右向左前方（东南）圈刺；左诀指扶右脉门处，两手手心均朝下。眼神注视剑锋（图158）。

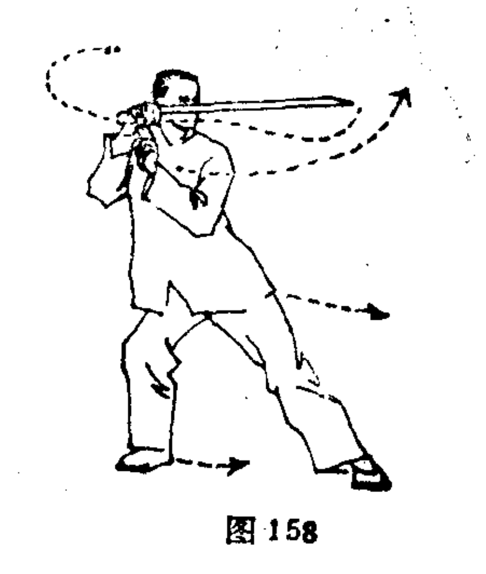


图158

用法

对方以械击我前胸，我略转身形，并以剑锋点刺敌肩头或咽喉。

141.仰面后挒

左膝松力，体重移至左腿；右腿舒直，两脚形成铺步式。同时，左诀指先扶右脉门处，与右手剑两手心均翻转向上之后，再往左右分开，并以剑锋引导由身前往头顶上方继续移动到极点。眼神始终不离剑锋，并仰身仰面注视剑锋（图159）。

用法

对方以械向我头部击来，我即以剑锷粘住敌械，顺其来势而夺之。



图 159

142. 虚步拦腰

右手剑与左诀指同时朝左右分开，之后，再往身前平移，至胸前含合。两手手心朝上，两掌掌缘相贴。同时，左脚不动，左膝微屈，体重仍在左腿；右脚向左前方上一虚步，使两膝内侧相贴为度。眼神注视剑锋前方（图160）。

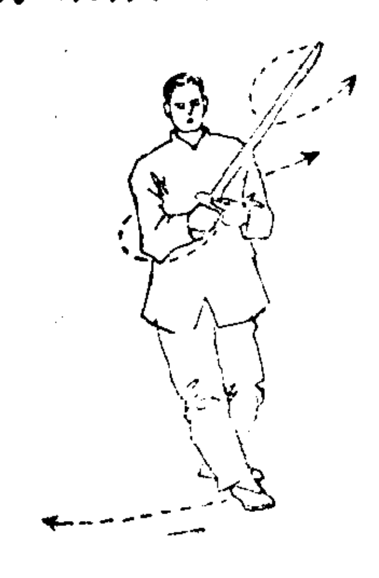


图 160

用法

对方以械击我头部，我先以剑化开敌进攻，然后再以剑

横拦斩其腰部。

第三十九剑 单鞭式

143.退步左拦

左诀指扶于右脉门处，随身体的转动直臂向左平移。右脚向右侧横开一步，腿部舒直，左腿屈膝前拱，两脚成铺步式，体重仍在左腿。眼神注视剑锋左前方(东南)(图161)。

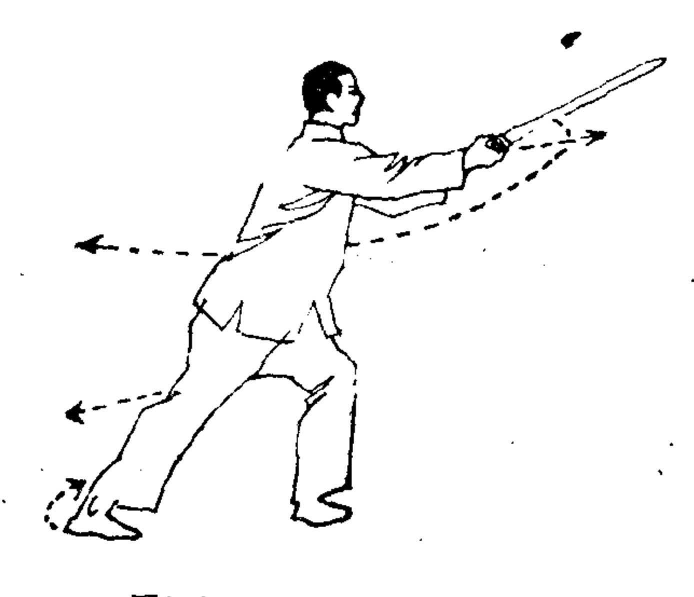


图161

用法

对方以械击我前胸，我即微转身形，并以剑横拦敌腰部。

144.转身回扫

上体向右旋转，同时右膝松力，体重随同身体的旋转而移到右腿上；左腿伸直，两脚形成铺步式。同时，右手剑与左诀指向左右平行分开，即诀指朝东，剑锋朝西。两臂展成一条直线，高与肩相平。两手手心均朝天。眼神注视剑锋

（图162）。

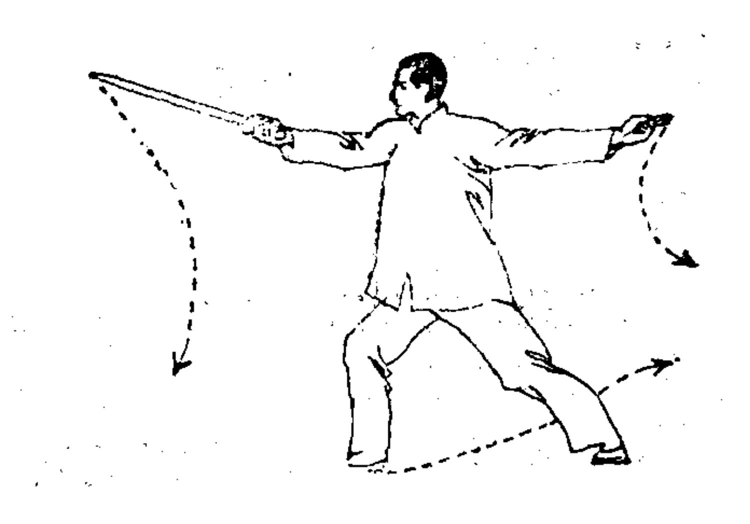


图 162

用法

对方以械击我前胸，我即旋转身形避开敌械，并横剑回扫敌身。

第四十剑 肘底提剑

145.卸步合剑

右脚向左后方背一步，脚前掌着地，脚后跟提起，体重在左腿。同时，右手剑与左诀指的两臂均作内旋，直转到两手掌心朝地为度。这时，两脚成歇步，即右膝盖抵住左腿腘窝。眼神注视剑锋（图163）。

用法

对方以械击我右腿时，我即以剑锷紧粘其械，作沉采或下压化开敌械。然后趁势还击。

146.儒步抽压

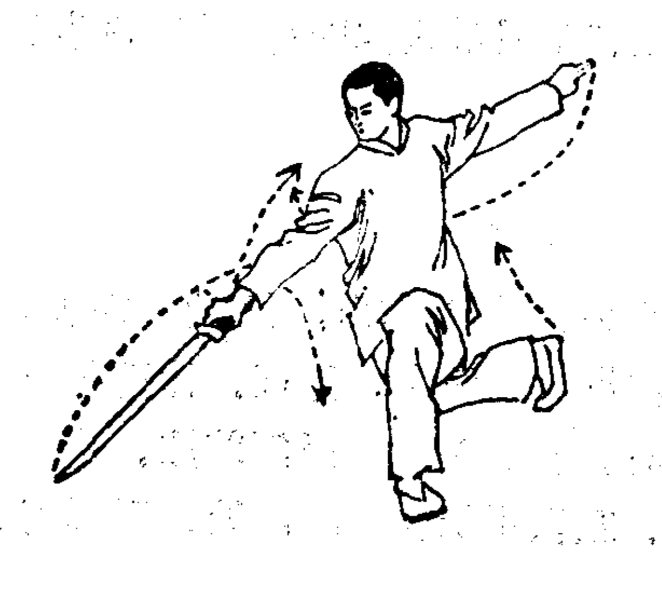


图163

上体半面右转，随之以左脚单腿支撑体重。同时提起右脚而垂悬不落。稍停随将右脚后撤半步，随之，屈膝下蹲，左腿伸直，两脚形成铺步式，体重在右腿。同时，右手剑屈臂折肘，往身体右后方抽撤下压，左臂也同时屈肘，手心向下回指剑镡，屈臂下压，接近剑锷之上。眼神注视剑锋（图164、图165）。



图 164

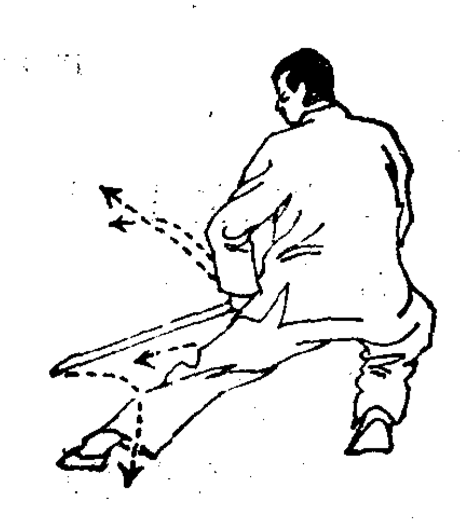


图 165

用法

对方以械从身后击我腿部，我即撤步转身以剑下压敌械，并俟机待发。

147.弓步外格

右脚蹬地，使身体向前移动；左脚脚尖自动外摆，随之，左膝前拱，右腿在后伸直，体重移至左腿，两脚形成左弓式。同时，右手剑直臂提剑前推，使剑竖直即剑镡朝天，剑锋向地。左诀指扶在右脉门处。眼视前方（图166）。

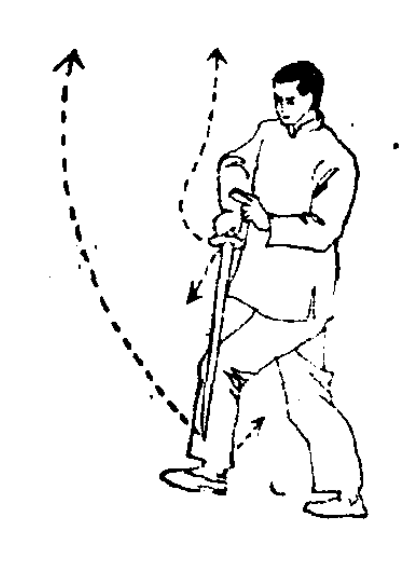


图 166

用法

对方以械击我左腿，我即将剑竖直往外横拨格开敌械，并趁势还击。

148.独立架梁

左脚蹬地自然提起垂悬不落，右脚独立支撑体重。同时，右手剑由下向前、向上直臂将剑举过头顶，使剑身成前后水平线，即剑锋朝西，剑镡朝东；左诀指在朝上提剑的同时，朝下指向地面。眼神平视前方（正西）（图167）。

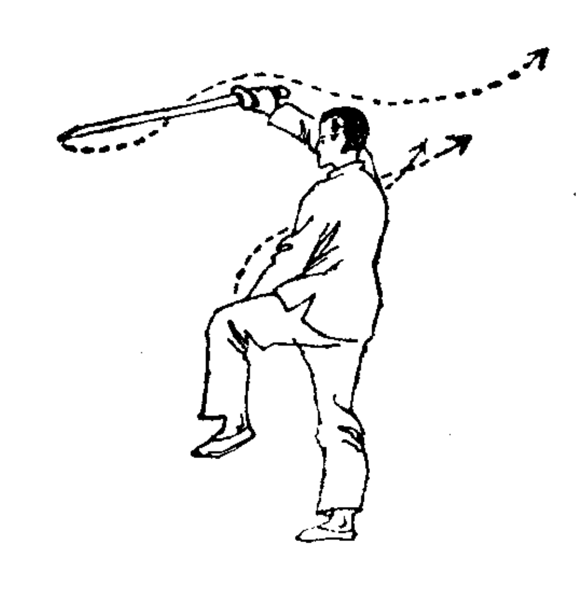


图 167

用法

对方以械向我前胸击来，我先以剑锷格开敌械，然后以剑锋击敌前胸，或挑击敌睛。

第四十一剑　海底捞月

149.挑旗听风

左脚提起垂悬不落，右腿支撑体重。右手剑松肩坠肘，先屈臂将剑竖直往右、往后（东北）带回，即剑锋朝天，剑鐔朝地。左诀指同时屈臂以指尖指向剑鐔（图168）。

用法

对方以械击我头部，我即以剑格开其械，或横击敌臂、腕。

150.枯树盘根

左脚先向左前方（西南）迈进一步落实，随之，屈膝前



图 168

拱，右腿在后伸直，体重移至左腿，两脚形成左弓式。同时，右手剑以剑锋引导由上向前下方降落，落到剑锋与两脚形成等边三角形时，再朝左前上方移动到剑锋指向西南方，剑高与肩相平为度。同时，左诀指屈臂手心向上，指尖靠近左肋。眼神注视剑锋（图169、图170）。

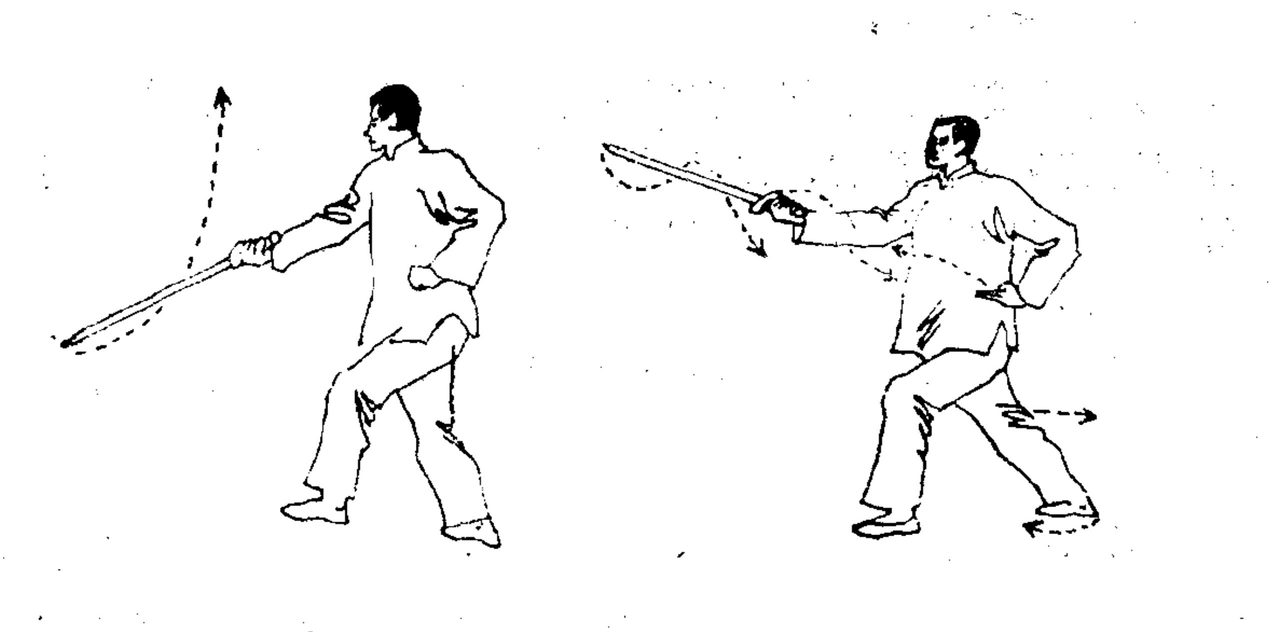


图 169　　图 170

用法

对方以械击我腿部，我即以剑向下扫击敌腿部，或预先以剑迎击敌臂、腕。

第四十二剑　横扫千军

151.摇身摆柳

上体先向左稍转身形，继而转向右。随之，右膝微屈，左腿舒直，体重移于右腿。同时，右手剑臂外旋，使手心从朝上转为朝下；左诀指变掌与右手握成合把剑。然后，将剑向右往外斜带怀抱在胸前，使剑锋至于左肩前方。眼神注视剑锋（图171）。

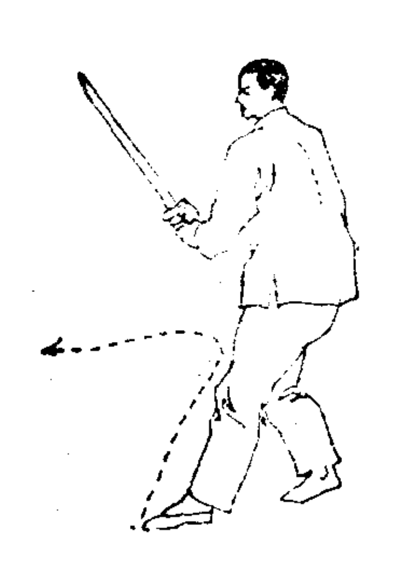


图 171

用法

对方以械击我头部，我即以剑锋划一弧形，片击敌肩、臂或头部。

152.撩足登山

左右两手紧握合把剑，将剑向右前上方微抬起。同时，

左脚蹬地，抬起后朝左前上方蹬出而垂悬不落，置于剑锋的下面，右腿支撑体重。眼神注视剑锋（图172）。



图 172

用法

对方以械扫击我左腿，我即剑横斩敌头部，并抬左腿以避敌进击，又可蹬敌软肋。

153.顺步横剑

左右两手握好合把剑，松肩坠肘，将剑怀抱在胸前，剑锋仍在身体左前方。同时，将悬空的左脚朝右前方落进一步。随之，左膝前拱，右腿在后伸直，两脚形成左弓式。体重移至左腿（图173）。

用法

对方以械击我前胸，我即以剑锷粘住敌械往回、往下沉采，俟机待发。

154.拗步横剑

右脚继续向前方（西北）迈进一步，随之，屈膝前拱；

左脚在后，腿部舒直，两脚形成右弓式，体重移至右腿。同时，两手仍握合把剑，平向前直臂送出，使剑高度与肩相平为度。眼神仍视剑锋（图174）。

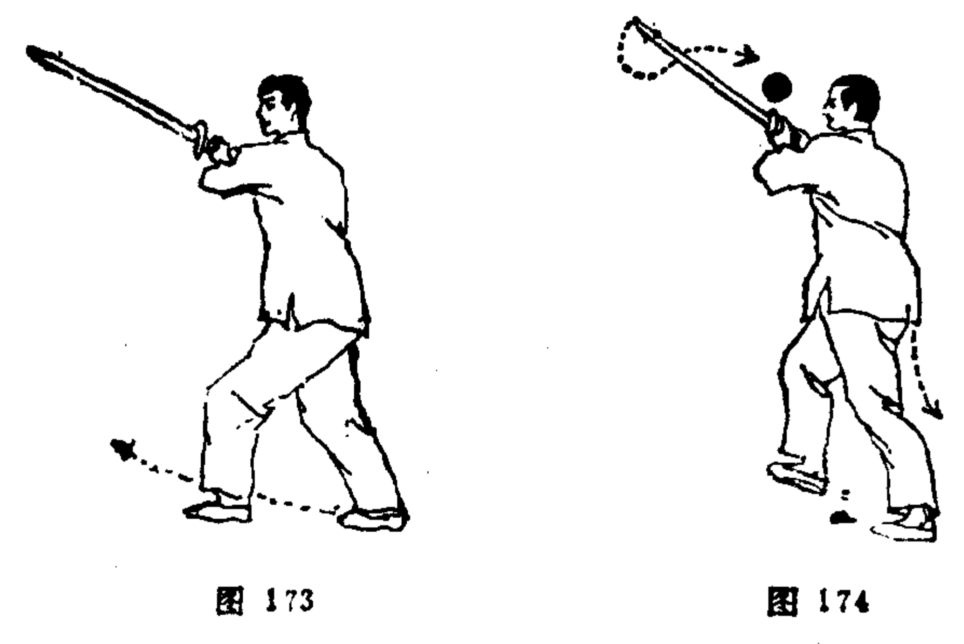


图 173　　图 174

用法

对方以械击我前胸，我即以械沉压敌械使之向下。然后，横剑向前推进扫击敌腰部。

155.捷足登山

两手仍握紧合把剑，将剑向左前上方微抬起。同时，右脚蹬地，抬起后朝右前上方蹬出垂悬不落，置于剑锋下。左腿支撑体重。眼神仍视剑锋（图175）。

用法

对方以械扫击我右腿，我即以剑横斩敌颈部，并抬起右脚，既能避敌袭击，又可蹬敌软肋。

156.摇身摆柳

上体转向左。随之，左膝微屈，右腿舒直，体重移于左

腿。同时，两手仍握合把剑，在身体转动的同时，以剑锋引导向后、向右、向前划一弧形，之后 将剑怀抱置于胸前。眼神注视剑锋（图176

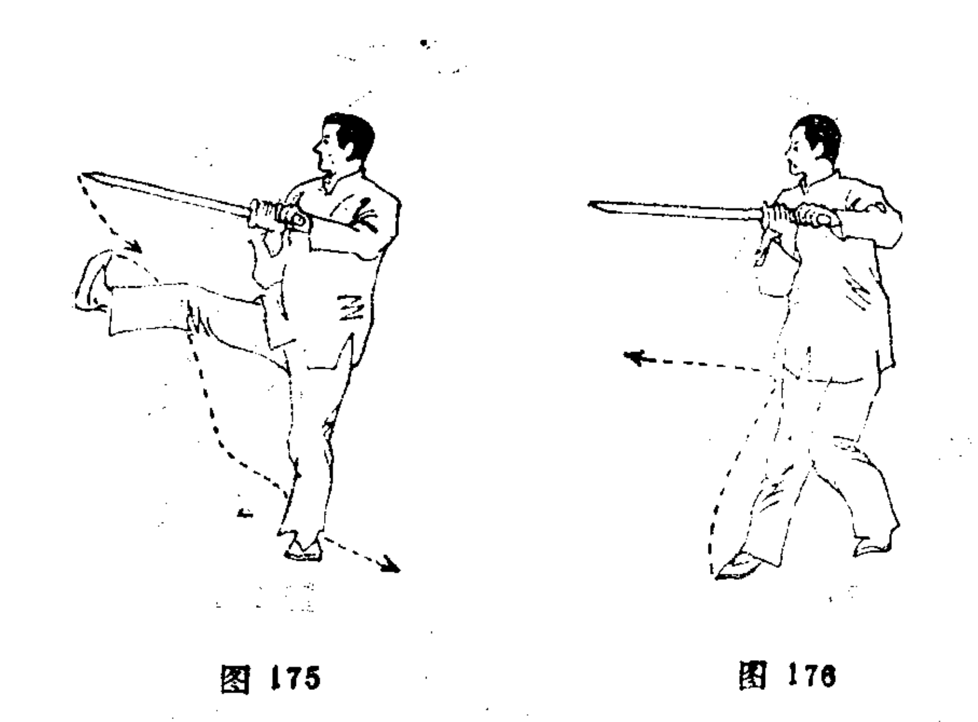


图 175　　　　图 176

用法

对方以械击我头部，我即以剑锋划一弧形，即片击敌肩、臂或头部。

157.顺步横剑

左右两手握好合把剑，松肩坠肘，将剑怀抱在胸前，剑锋仍在身体右前方。同时，将悬空的右脚朝左前方（西南）落进一步。随之，右膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重寄于右腿。眼神注视剑锋（图177）。

用法

对方以械击我前胸，我即以剑锷粘住其械往回往下沉采，俟机待发。

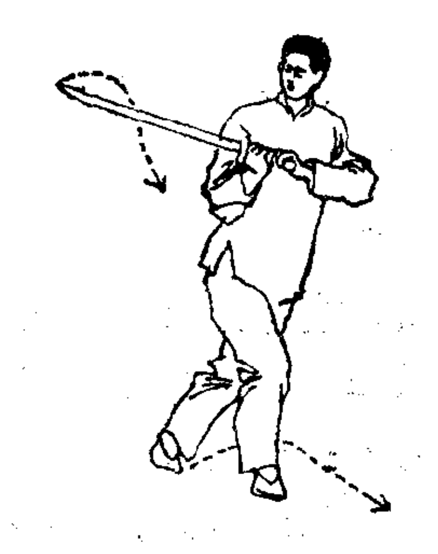


图 177

158. 拗步横剑

左脚继续向前方（西南）迈进一步。随之，屈膝前拱，右腿在后舒直，两脚成左弓步，体重移至左腿。同时，两手仍握合把剑平向前方，直臂推送出去，使剑高与肩相平为度。眼神注视剑锋（图178）。

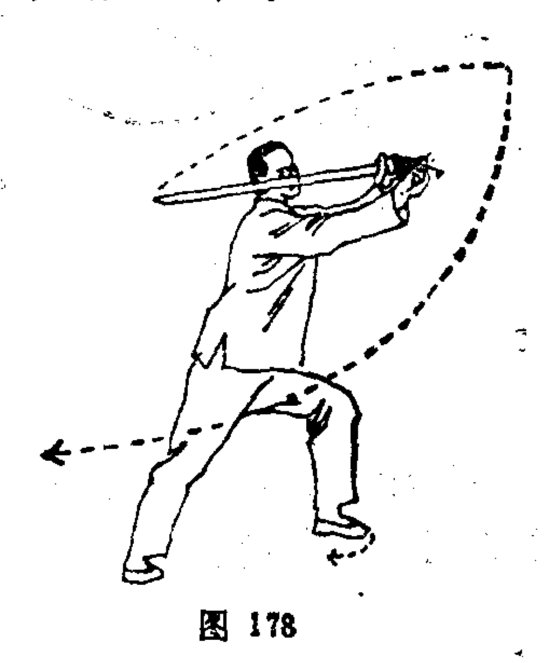


图 178

用法

对方以械击我前胸，我即以剑镡沉压敌械使之向下，然

后，横剑向前推进扫击敌腰部。

第四十三剑　灵猫捕鼠

159.气贯长虹

右手剑以剑锋引导，由右（正西）往左前（东南）上方至臂直，再折回往右后（西北）下方走弧形线，移动至臂伸直，手心朝下为度；左诀指臂直朝左前方展开，手心朝下。同时，右脚向前与左脚靠拢后，再向右迈一步，随之，屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重移至右腿。眼神注视剑锋（图179、图180）。

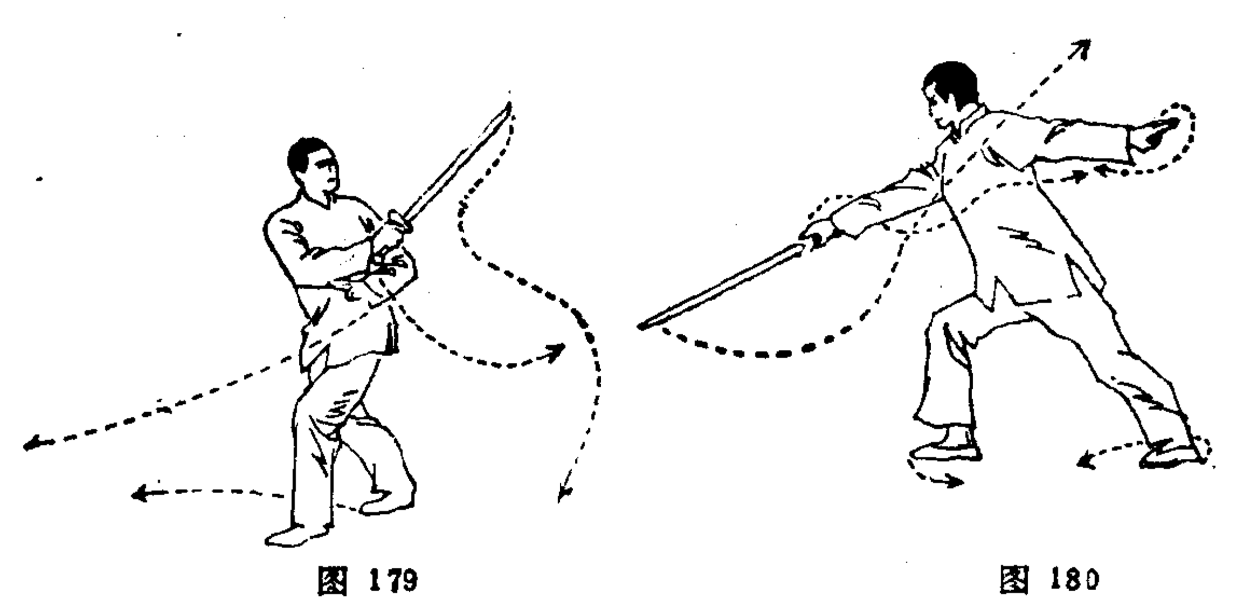


图 179　　图 180

用法

对方以械向我头击来，我即以剑锋向上迎击敌腕，再折回向下击敌阴陵泉或三阴交穴道。

160.高山滴水

右手剑以剑锋引导，由下向左上方挑起至头顶上方，再

折回剑锋往身背后向下降落，使剑锋与后腰相平为度。同时，左诀指由左移至扶在右脉门处；上身随剑的升降而向左扭转，转到不能再转为度；当剑锋由头顶往身后下降的同时，左脚以脚跟为轴，脚尖向外摆约90°落实后，右脚尖着地，右脚跟悬起，体重移至左腿。眼神不离剑锋（图181、图182）。

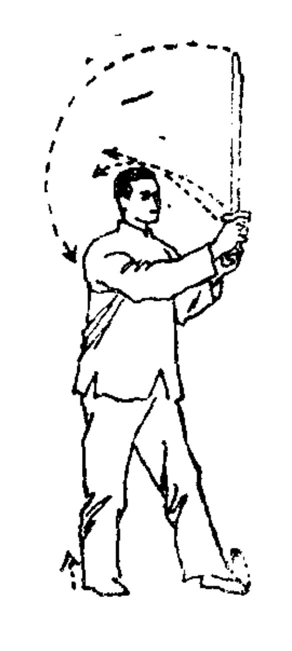


图 181



图 182

用法

当对方从身后以械击我后心时，我即向左转身，并以剑锷由上向下再往外格开敌械，待机还招。

161. 干将入鞘

右手剑以剑锋引导，由前（正北）朝左后（西南）方靠近左腿外侧下方；左诀指仍扶右脉门。同时，左脚收回落实，右脚脚尖虚沾地面，体重移至左腿。眼神注视前方（图183）。

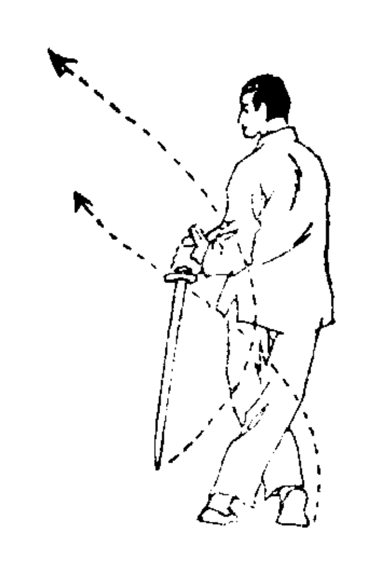


图 183

用法

对方以械击我左腿，我即以剑镡往左下方向外格开敌械，或以剑迎击敌臂腕。

162. 山崩喷洪

右手剑由后下方往前、往上折回直臂送出；左诀指仍扶右脉门处，两手手心均朝天（这时剑身平直指向西北）。同时，体重移至右腿，在剑向前送出的同时，左腿抬平而垂悬不落，置于剑锋下方。眼神注视剑锋（图184）。

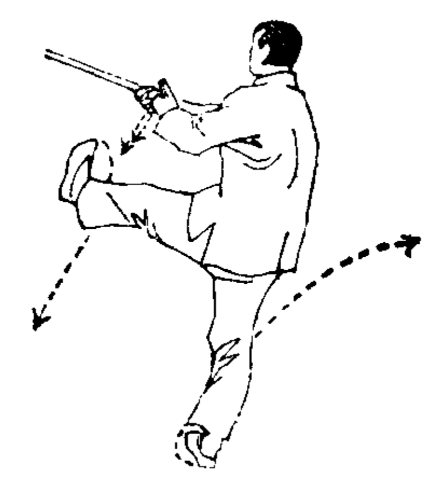


图 184

用法

对方以械击我下身，我即以剑顺其来势粘住其械往后一带，立即向前甩击敌面部。同时，抬左脚向前踢敌手腕，或腹部。

第四十四剑　蜻蜓点水

163.舟起双帆

左脚向前（西北）落进一步，支撑体重。随之，右腿屈膝，使右脚脚尖向后扬起，脚心朝天而垂悬不落。同时，左诀指按剑墩向前、向下沉采，使剑锋朝前（西北）上方扬起。眼神注视剑锋（图185）。

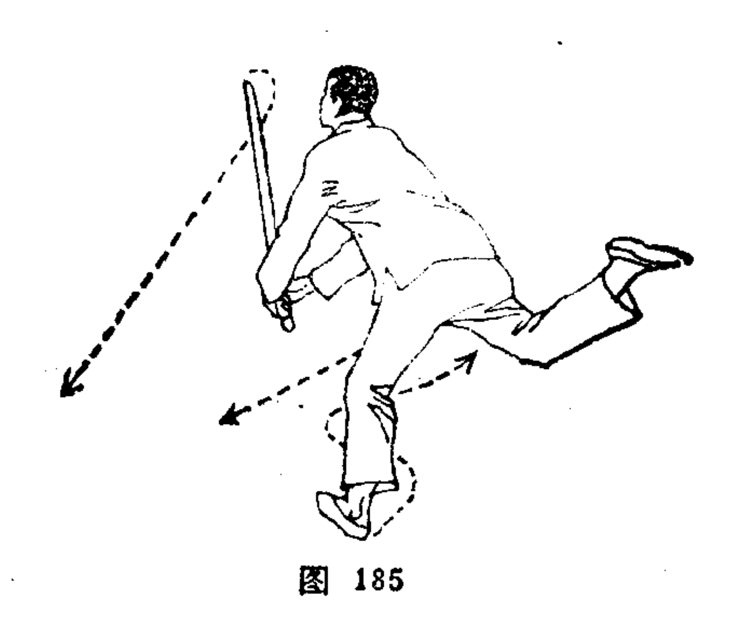


图 185

用法

对方以械击我前胸，我即以剑粘住敌械往下沉采，使剑锋朝前迎击敌胸或头部。

164.剑点解溪

右手剑以剑锋引导由上往前（西北）下方直臂点刺接近地面；左诀指朝头顶左上方直臂伸展。同时，右脚向前方（西北）迈进一步，落实支撑体重，左脚屈膝提起垂悬不落。眼神注视剑锋（图186）。

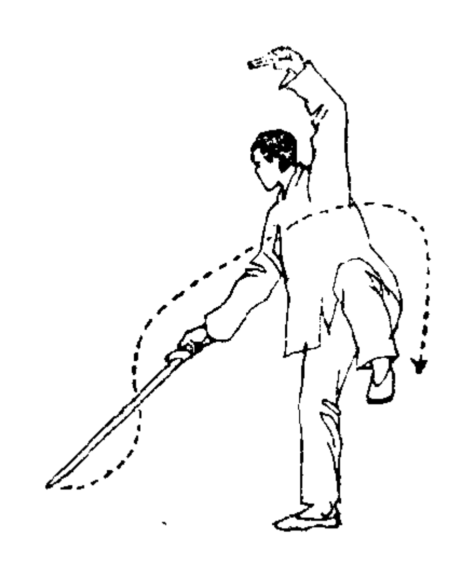


图 186

用法

对方以械击我落空欲换式之际，我即进步顺势以剑锋点刺敌足三里或解溪穴。

第四十五剑　黄蜂入洞

165.剑刺三里

右手剑以剑锋引导由剑锋的起点往上经过左腋下再折回到原起点，即绕身一周。同时，左诀指屈臂由上降落，落到手心贴近右肩井穴，手指尖指向耳吞。左脚从身后越过右脚的右前方（西北）先落脚尖。之后，两脚随着身体的左转也转向左方（西北），随即左腿屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚

形成左弓式，体重在左腿。眼神注视剑锋(图187、图188)。

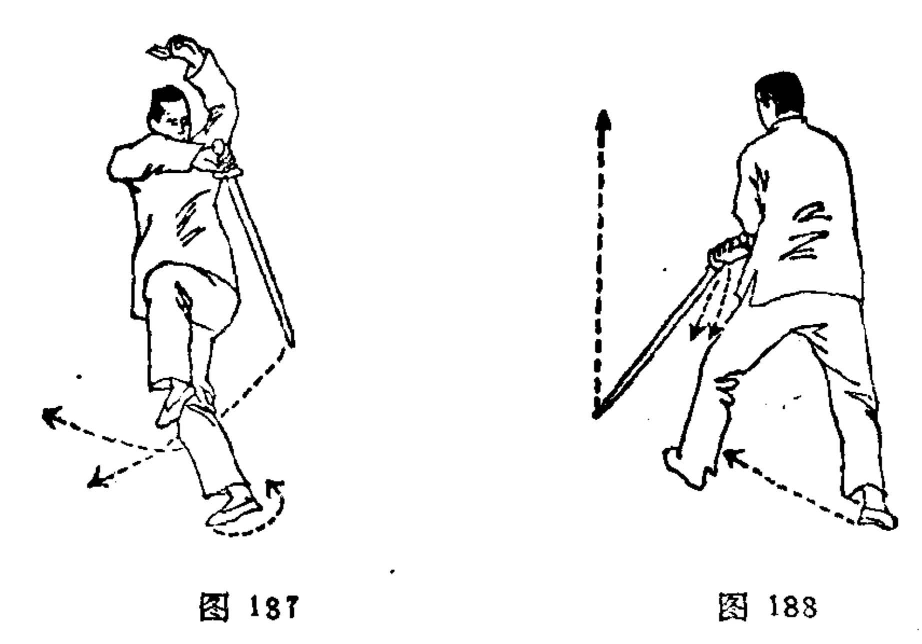


图 187　　图 188

用法

对方以械击我前胸，我即以剑锋由下向前上方直击敌前胸或臂腕；如进击落空而将剑折回，随转身形再以剑锋刺敌腿部足三里穴。

166.虚步捧剑

右脚向前进一步与左脚靠拢，上体下蹲，体重仍在左腿。同时，右手剑竖起朝天；左诀指从右肩离开，与右腕交叉成十字。眼神注视剑锋（图189）。

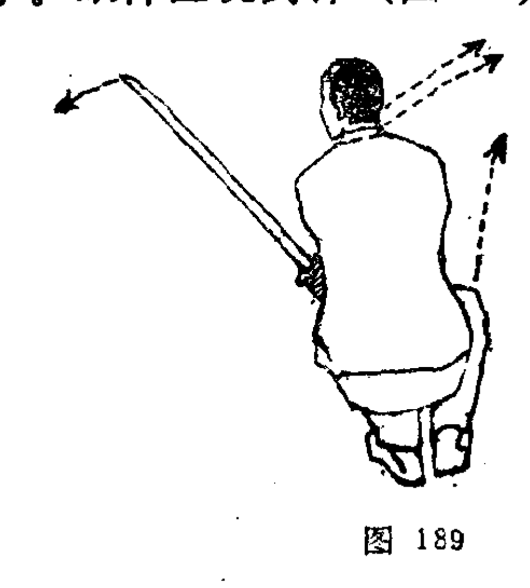


图 189

用法

对方以械击我前胸，我即先往左侧闪身避开其械，并以剑由下向上抄击敌前胸或咽喉。

第四十六剑　老叟携琴

167. 盖步上掤

右手剑与左诀指同时臂外旋，使两手手心翻转朝外，往右前方掤出。同时，右脚提起向前蹬出，然后落在左脚前，以左膝抵住右腘窝为度，形成盖步式，体重在右腿。眼神注视剑锋（图190、图191）。

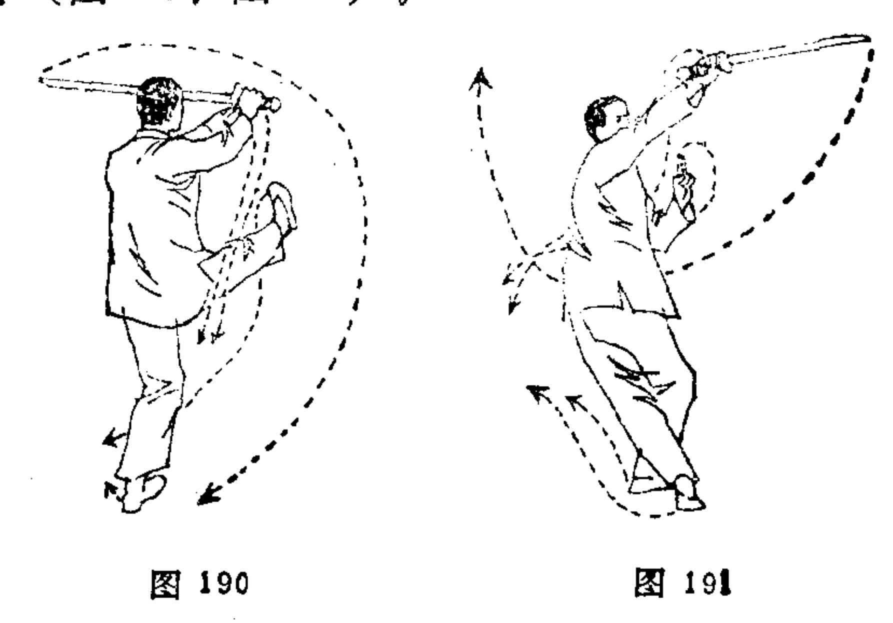


图 190　　图 191

用法

对方以械击我头部，我即进步欺身，并以剑迎截敌臂、腕部。

168. 虚步捧剑

左脚朝左前方（西北）迈进一步落实。随之，右脚跟进

一步落于左脚旁，脚尖虚沾地面，两脚形成并步，体重在左腿。同时，右手剑与左诀指在左脚迈步的同时，两手朝两侧分开；在右脚向左脚并步的同时，两手再回到身前相合，仍作捧剑式，剑锋朝天。左诀指扶在右脉门处。眼神注视剑锋（图192）。

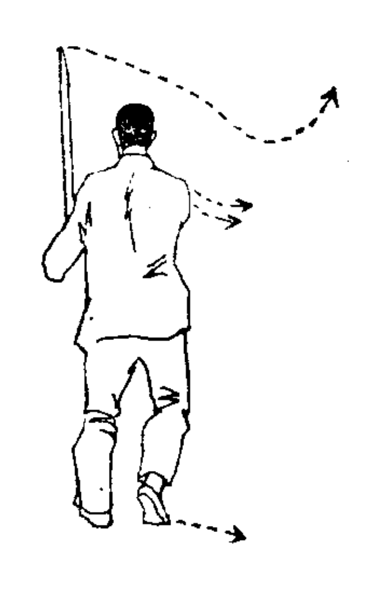


图 192

用法

对方以械击我腹部，我即横挪移左步，并以剑横截其臂。然后，以剑锋向前上方穿刺敌咽喉。

第四十七剑　云麾三舞

169.迎门劈顶

向右转身，右脚朝东南方撤开一步。随之，屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。同时，两手握成合把剑，随着身体的右转而向左右前方（东南）劈出，使剑高与头顶相平。眼神注视剑锋（图193）。

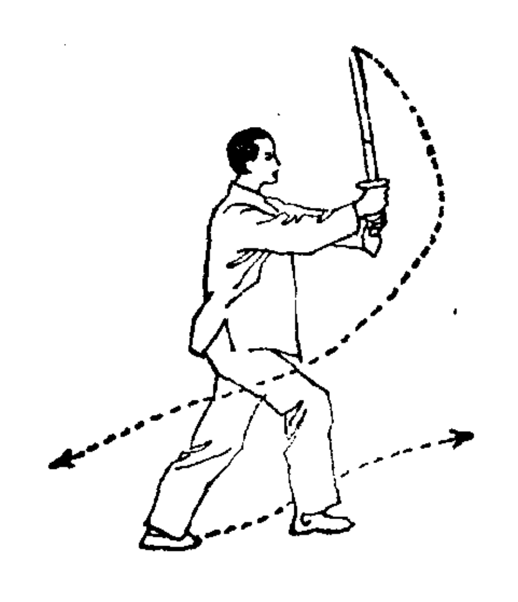


图 193

用法

对方以械从右侧击我头部，我即向右转身，并以剑沿对方臂外侧向前劈敌头、肩部。

170.弓步带剑

左脚朝左前方(东北)进一大步。随之，屈膝前拱，右腿伸直，两脚成左弓式，体重在左腿。同时，上身往右扭转；两手仍握合把剑朝右后方(西南)直臂送出。眼神注视剑锋(图194)。

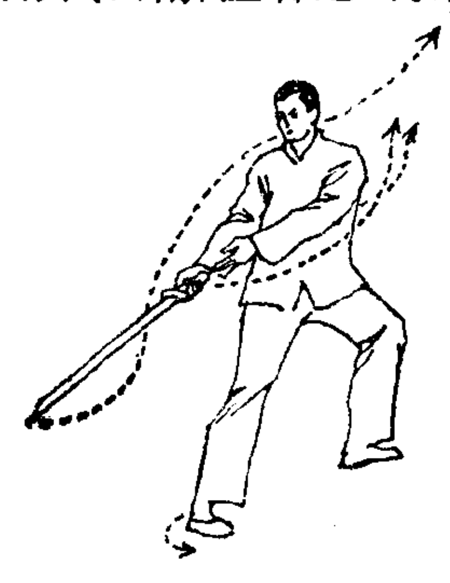


图 194

用法

对方以械击我右腿，我即往敌右侧进左步，并转身以剑朝右后下方扫击敌腿部。

171.转身劈顶

上体向左扭转。同时，两手握好合把剑向东北斜上方，直臂劈出。步法仍为左弓式，体重仍在左腿。眼神注视剑锋（图195）。

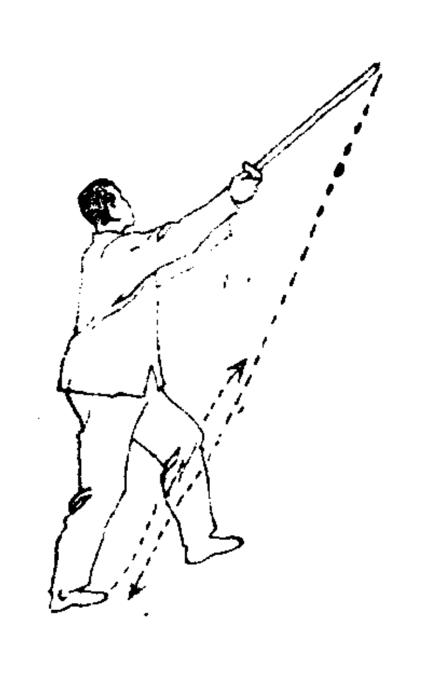


图 195

用法

在对方击我落空欲逃之际，我以剑顺势直劈敌肩、臂部。

172.提膝下截

右腿屈膝提起，右脚垂悬不落，左腿支撑体重。同时，两手仍握合把剑，朝右后方（西南）直臂下伸。眼神注视剑锋（图196）。



图 196

用法

对方以械从身后击我右腿，我即将右腿提起避开来械，并以剑朝后下方截击敌臂、腕部。

173. 回身抱剑

左腿支撑体重，右脚提起悬空不落。同时，屈臂将剑横放在右肩侧，并含有由外向内怀抱之意。眼神注视剑锋（图197）。

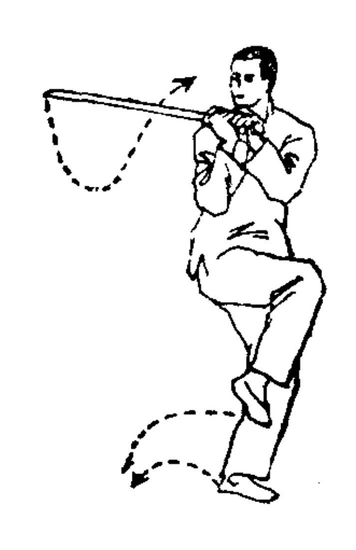


图 197

对方以械击我右肩或右肋，我即将剑收回怀抱至右肩外侧，往外格开敌械，并以剑锋撩击敌前胸、右肋等部。

174.胯虚架臂

右脚向右前方（西南）落进一步。随之，右膝微屈略蹲，左脚向前进一步靠近右脚，脚尖虚沾地面。同时，两手仍握合把剑，松肩坠肘屈臂，使剑横平在身体右侧，举过头顶，剑锋朝北，剑镡朝南，剑刃朝天地。眼神注视剑锋（图198）。



图 198

用法

对方以械击我头部，我即进步缩身举剑架截敌臂、腕。

175.迎门劈顶

左脚向东北方撤一步。随之，向左转身，左膝松力前拱，右腿在后伸直，两脚成左弓式，体重移至左腿。同时，两手握成合把剑，随身体向左转动而往左前方(东北)劈出，

剑高与头顶相平。眼神注视剑锋（图199）。

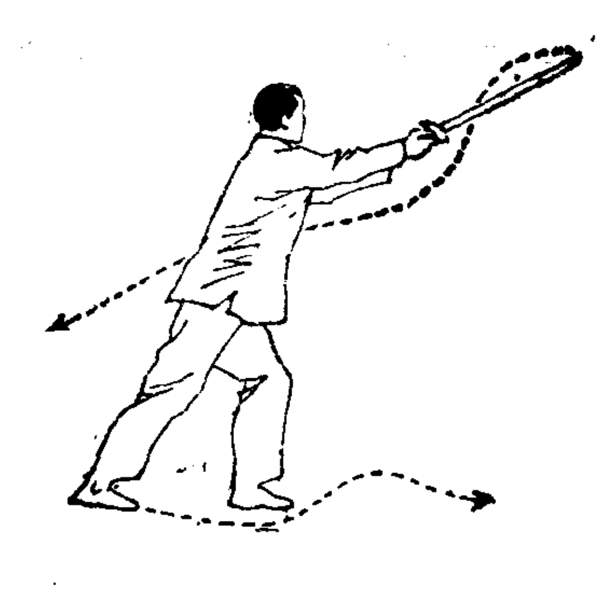


图 199

用法

对方以械从身后击我头部，我即向左转身，并以剑沿敌臂外侧向前劈敌头、肩等部。

176. 弓步带剑

右脚向右前方（东南）进一大步。随之，屈膝前拱，左腿伸直，两脚成右弓式，体重移至右腿。同时，上身向左扭转，两手仍握合把剑朝左后下方（西北）直臂送出。眼神注视剑锋（图200）。

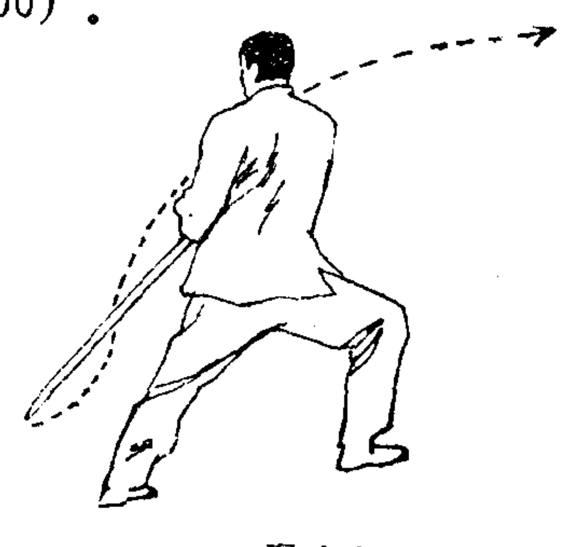


图 200

用法

对方以械击我左腿，我即向敌左侧进右步，并向左扭转身形，以剑朝左后下方扫击敌腿部。

177.转身劈顶

上体向右扭转。同时，两手握好合把剑，向右前方（东南）直臂劈出。步法仍为右弓式，体重在右腿。眼神注视剑锋（图201）。

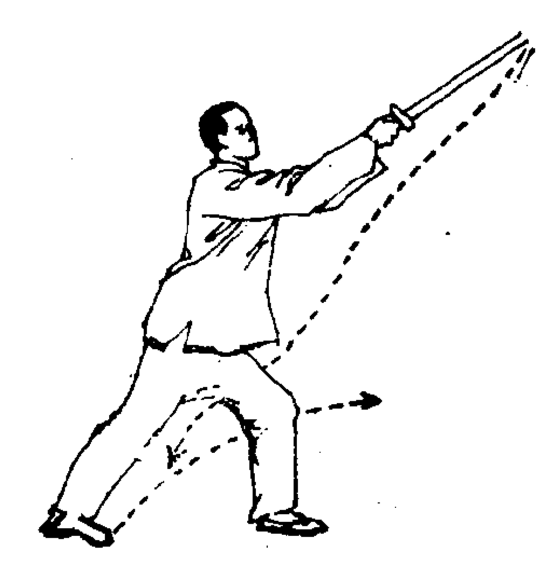


图 201

用法

对方以械击我落空欲逃，我以剑顺势直臂劈敌肩、臂部。

178.提膝下截

左腿屈膝提起，左脚垂悬不落；右腿支撑体重。同时，两手仍握合把剑，向左后方（西北）直臂下伸。眼神注视剑锋（图202）。

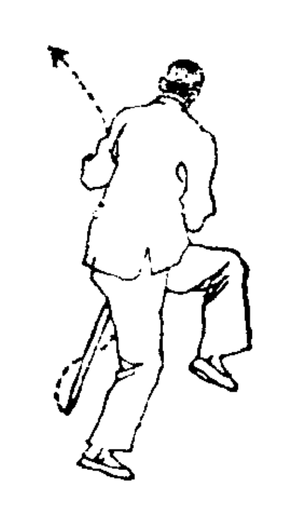


图 202

用法

对方以械击我左腿，我即将左腿提起避开敌械，并以剑向后下方截击敌臂或肋间部。

179. 回身抱剑

右腿支撑体重，左脚提起空悬不落。同时，两手屈臂将剑横放在左肩旁，含向内怀抱之意。眼神注视剑锋(图203)。

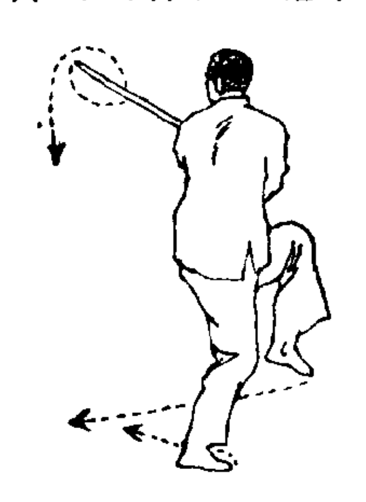


图 203

用法

对方以剑击我左肩或左肋时，我即将剑怀抱回到靠近左

肩外侧格开敌械，并以剑锋撩敌前胸或左肋。

180.跨虚截臂

左脚向左前方（西北）进一步。随之，左膝微屈略蹲；右脚向前进一步靠近左脚，脚尖虚沾地面。同时，两手握好合把剑，屈臂松肩坠肘，使剑横平在身体左侧，举过头顶。剑锋朝南，剑鐔朝北，剑刃朝天 地。眼神注视 剑身中部(图204)。

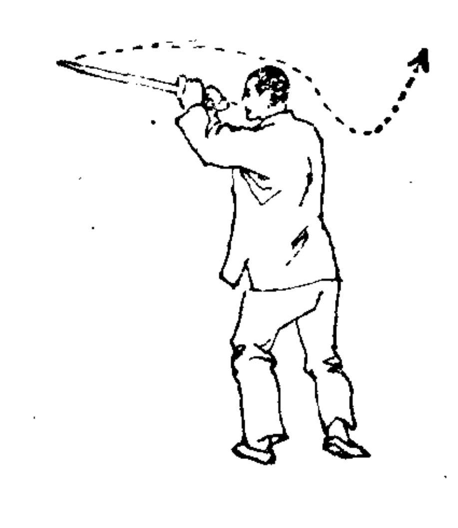


图 204

用法

对方以械击我头部，我即进步缩身，举剑架截敌臂、腕部。

181.迎门劈顶

往右转身，右脚向东南方向撤一步。随之，屈膝前拱，左腿在后伸直，两腿成右弓式，体重移至右腿。同时，两手握好合把剑，随着身体的右转往右前方（东南）劈出，剑高与头顶相平。眼神注视剑锋（图205）。

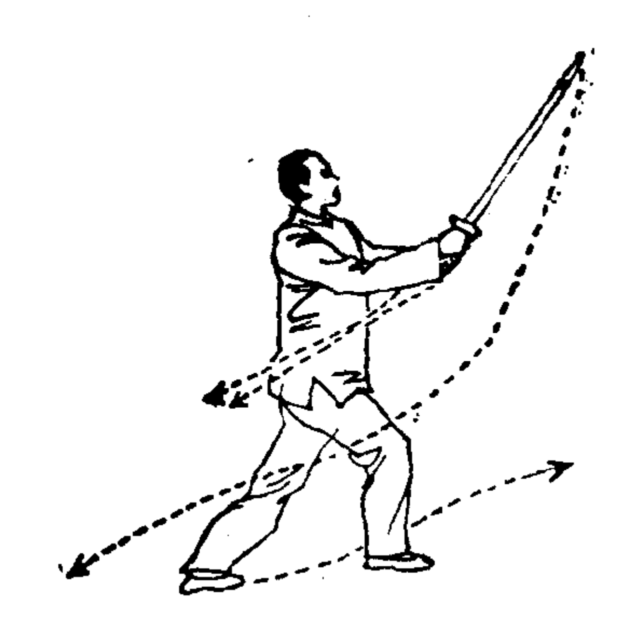


图 205

用法

对方以械击我头部，我即向右转身，并以剑沿其外侧向前劈敌头、肩等部。

182.弓步带剑

左脚向左前方（东北）斜进一步。随之，屈膝前拱；右腿伸直，两脚成左弓式，体重移至左腿。同时，上身向右扭转；两手仍握合把剑，向右后方（西南）往下直臂送出。眼神注视剑锋（图206）。

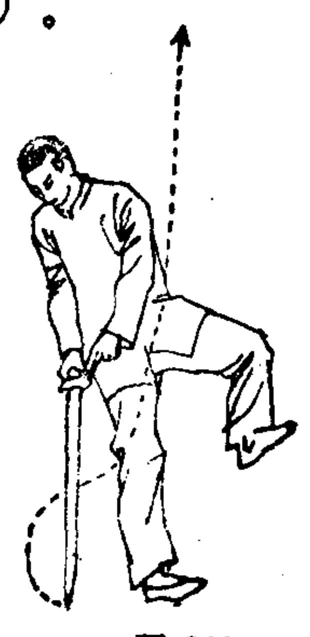


图 206

用法

对方以械击我右腿，我即往敌身右侧进左步，并向右扭转身形，以剑向右后方扫击敌腿部。

183.转身劈顶

上体向左扭转。同时，两手握合把剑，向东北斜上方直臂劈出；步法仍为左弓式，体重在左腿。眼神注视剑锋（图207）。

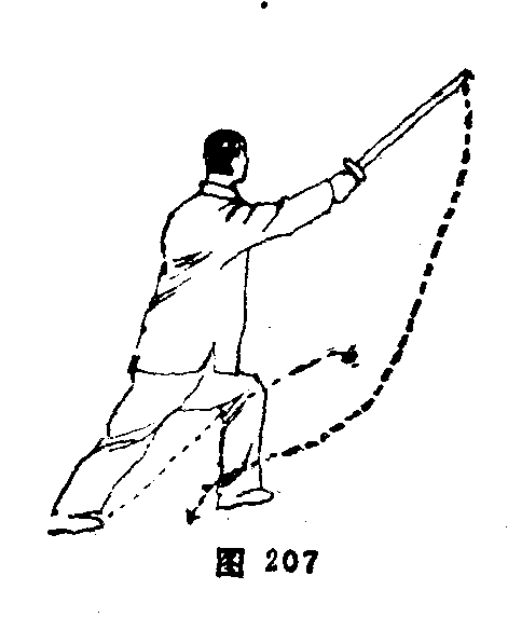


图 207

用法

对方以械击我落空欲逃，我即以剑顺势直臂劈敌肩、臂等部。

184.提膝下截

右腿屈膝，提右脚垂悬不落；左腿支撑体重。同时，两手仍握合把剑，向右后方（西南）直臂下伸。眼神注视剑锋（图208）。

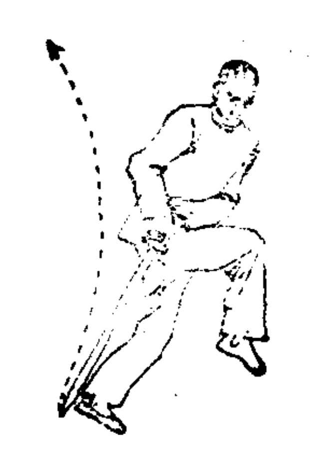


图 208

用法

对方以械击我右腿，我即将右腿提起避开来械，并以剑向右后方截击敌臂或肋间部。

185.回身抱剑

左腿支撑体重，右脚提起悬空不落。两手同时屈臂将剑收回横于右肩旁，含向内怀抱之意。眼神注视剑锋(图209)。

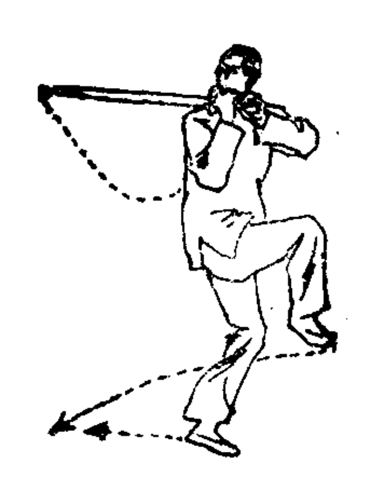


图 209

用法

对方以械击我右肩或右肋时，我即将剑带回靠近右肩外侧格开敌械，并以剑锋撩击敌前胸或右肋。

186.跨虚截臂

右脚向右前方（西南）落进一步，随之。右膝微屈略蹲；左脚向前进一步，脚尖虚沾地面。同时，两手仍握合把剑，屈臂松肩坠肘，使剑横平在身体右侧举过头顶，剑锋朝北，剑鐔朝南，剑刃朝天地。眼神注视剑身中部（图210）。

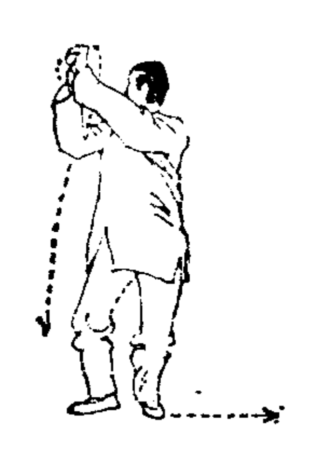


图210

用法

对方以械击我头部，我即进步缩身，举剑架截敌臂、腕部。

第四十八剑　神女散花

187.鍣步坠地

右膝松力，身体略蹲；左脚向左（正东）横开一步，腿部伸直成一字形，体重在右腿。眼神注视剑身中部图(211)。

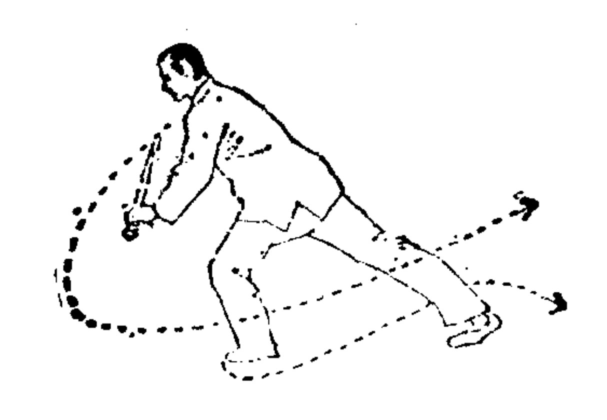


图 211

用法

对方以械击我右腿，我即以剑锷粘住其械向下沉采，夺其械使之脱把。

188.背步取膝

右手剑交于左手，右手捏好诀指，以指尖紧贴右肋间；左手握剑，以剑锋引导由北经过正西、正南至正东走弧形，平直臂展开。剑锷朝天地，剑锋朝正东方，接近地面。同时，右脚从身后向左移动到左脚的左后方落下，脚尖着地，脚跟提起，体重移至左腿，两腿成背步，眼神注视剑锋（图212）。

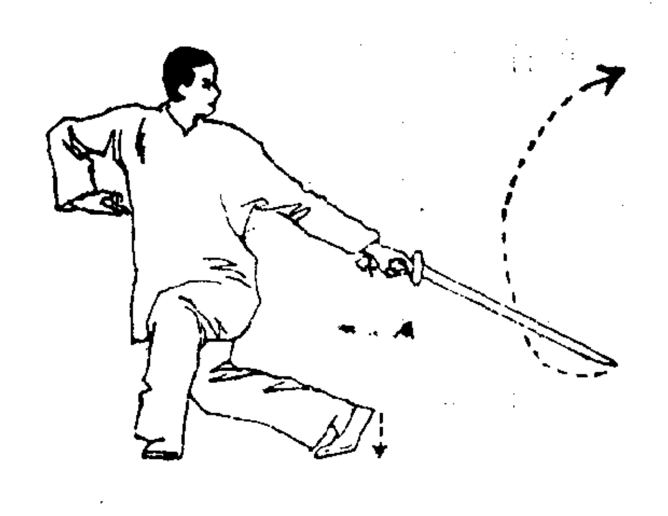


图 212

用法

对方以械横击我头部，我即将上体降低，并以剑镗扫击敌腿部。

第四十九剑　妙手摘星

189.倒摘星斗

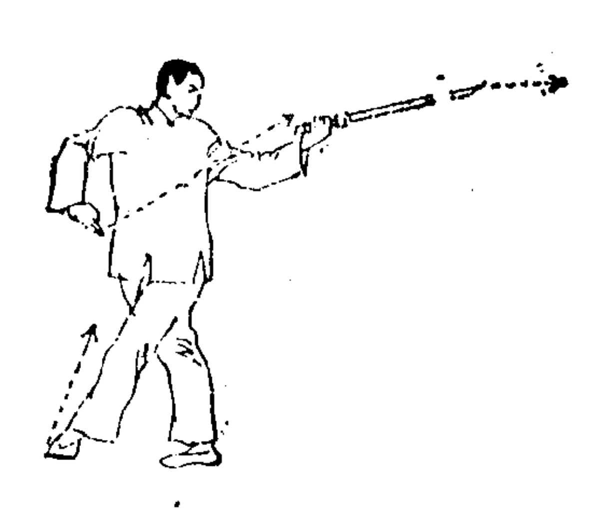


图 213

上体向左微移，体重随着由左腿移至右腿。左脚全掌虚沾地面。同时，左手剑使手心翻转朝天，以剑锋引导由下向上朝前抬起，至剑高与头顶相平为度。右诀指仍扶于右肋间，手心朝天。眼神注视剑锋（图213）。

用法

对方以械击我头部，我即抬臂举剑先击敌持械之臂之后，再往前进身，以剑取敌右眼。

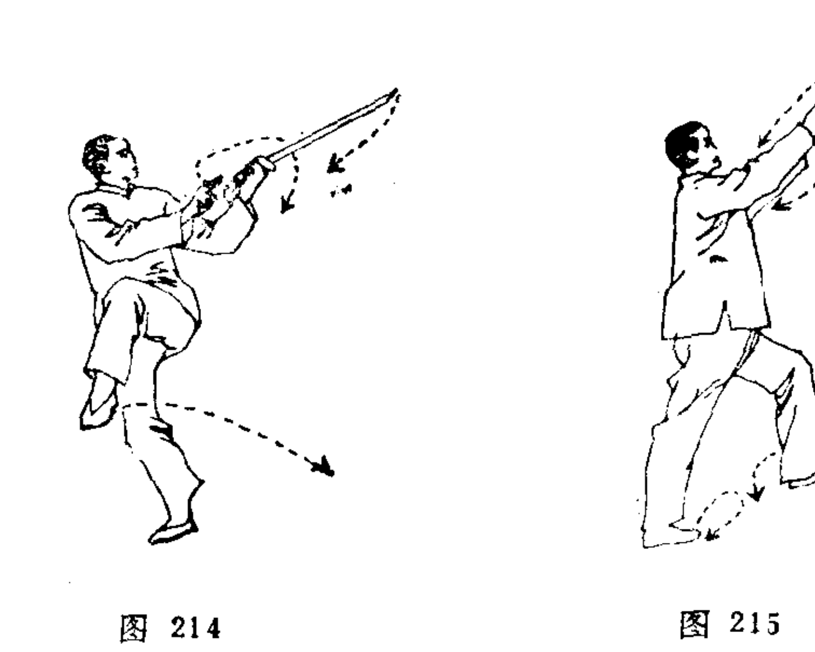


图 214　　　　图 215

190.进步取睛

左手剑使手心翻转朝天；右诀指移扶在左脉门处。同时将左腿提起以左膝和右肘靠近。随即左脚朝左前方落下，继之屈膝前洪，右腿在后伸直，两腿形成左弓步式。与此同时，左手剑和右诀指两臂微屈内旋使两手手心均朝下，分置在头部左右斜前上方。剑锋与眉心前后对正。眼神注视前方（图214、图215）。

用法

对方以械击我腿部，我即抬起左脚避开敌械。然后落步

进身，以剑取敌面部。

第五十剑　拨草寻蛇

191.棚圈反提

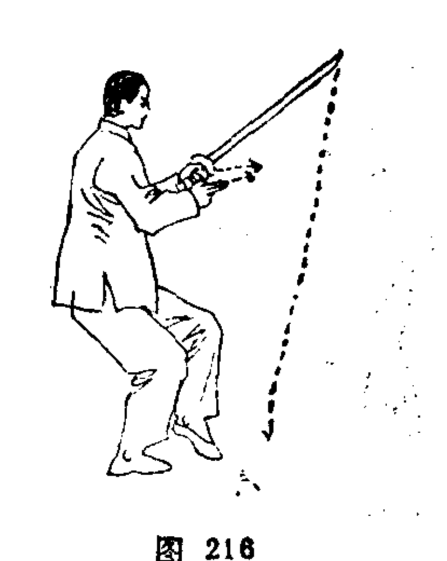


图 216

左手剑以剑锋引导向前、向左、向后、向右而回到身前将剑竖直。同时，右诀指与剑所走的方向相反；也划了半个圆圈至身前，握着左手原来握着的剑柄处；左手却移到靠近剑墩处握着剑柄。这时，两手握剑向上提起，至剑鐔朝天，高与胸窝相平为度，剑锋朝地面。与此同时，右脚往后退一大步落实。屈膝略蹲，左脚收回靠近右脚，脚尖虚沾地面，两脚形成虚步式，体重在右腿。眼神注视前下方（图216、图217）。

用法

对方以械击我前腿，我即将左脚收回，并以剑格击敌臂、腕部。

192.虚步提缠

两手握剑由胸前、向右、向前、向左再回到胸前。步法仍成虚步式，体重仍在右腿。眼神先随剑锋的移动而移动，最后注视前下方（图217）。

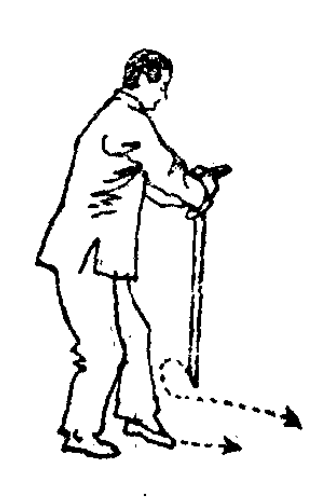


图 217

用法

对方以械击我左腿后复击我右腿，我即以剑划一圆圈格开敌械，再看势还击。

193.垫步点刺



图 218

左脚向前迈进半步，仍以前脚掌着地，体重仍在右腿。两手握剑提起向下直臂刺出，使剑锋接近地面，剑刃朝天地。眼神注视剑锋（图218）。

用法

对方以械击我腿部，我即以剑格开敌械，同时垫步以剑锋刺敌足三里、解溪穴。

194.弓步崩点

左脚向前进半步。随之，右脚向前进一大步，屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式。同时，两手握剑向上微提之后，立即向前直臂往下送出。眼神注视剑锋(图219)。

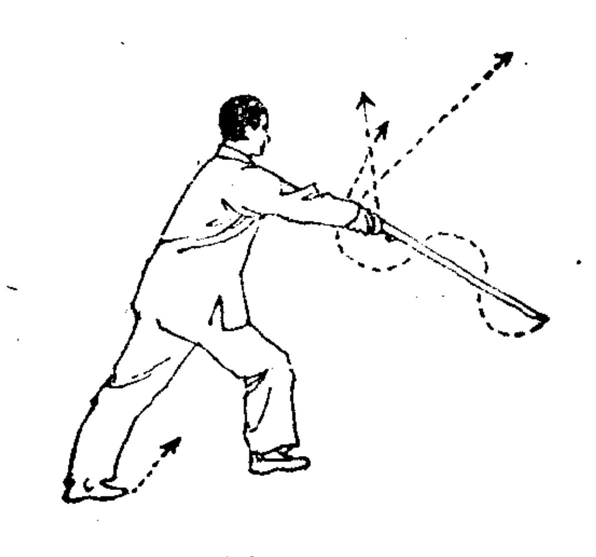


图 219

用法

对方以械击我左腿，我即以剑锷格开敌械，并进步以剑锋点刺敌解溪穴。

195.掤[illegible]反提

左手松把捏好诀指，与右手剑同时，两手微向前上方掤

出。之后，再向左右分开，走弧线向后撤回到身前靠近胸腹部时，左手复握剑柄，两手握剑，使剑鐔朝天与胸窝同高，剑锋朝下向地面。同时，左脚起向前方微移动，再向后退一大步，随即屈膝略蹲；将右脚收回落于左脚前方，脚尖虚沾地面，体重在左腿。眼神注视剑锋（图220）。

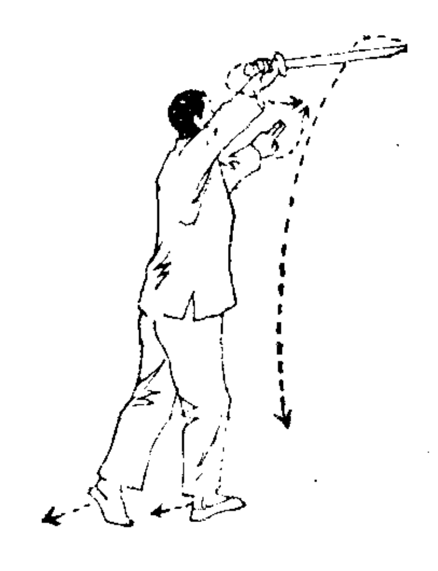


图 220

用法

对方以械击我右腿时，我即以剑格开敌械，并待机发招。

196.虚步提缠

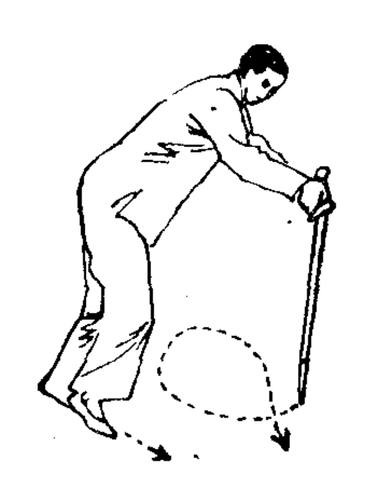


图 221

两手握剑由胸前向左、向前、向右，再回到胸前；两脚仍成虚步，体重仍在左腿。眼神先随剑锋的移动而移动，最后注视前下方（图221）。

用法

对方以械不时变化地击我左腿或右腿，我即以剑划一圆圈格开敌械，再看势还击。

197.垫步点刺

右脚向前迈进半步，脚前掌着地。体重仍在左腿。同时，两手握剑向前提起往前下方直臂刺出，使剑锋接近地面。眼神注视剑锋（图222）。

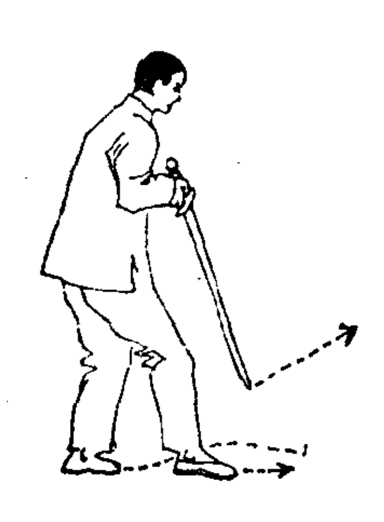


图 222

用法

对方以械击我腿部，我即以剑格开敌械，垫步以剑锋刺敌足三里或解溪穴。

198.弓步崩点

右脚向前迈进半步。随之，左脚向前越过右脚向前进一

步，屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚成左弓式，体重在左腿，同时，两手握剑向上微提，立即向前直臂往下送出，剑锋接近地面。眼神注视剑锋（图223）。

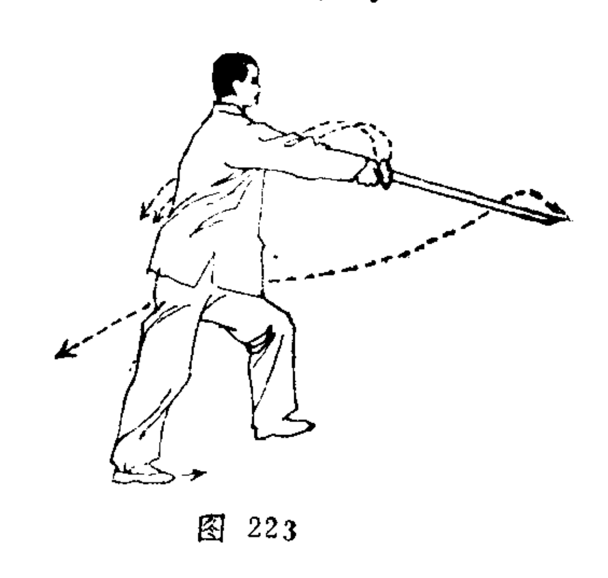


图 223

用法

对方以械击我右腿，我即以剑锷格开敌械，并进步以剑锋点刺敌解溪穴。

第五十一剑　苍龙搅尾

99.回顾尾闾

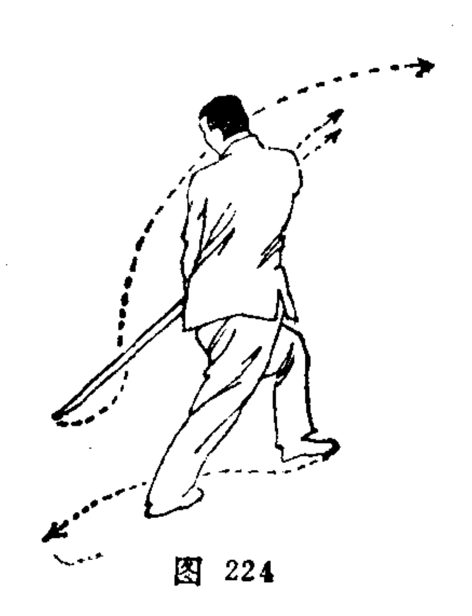


图 224

两手握剑，以剑锋引导由前向后，从身体左侧走弧线，至剑锋靠近右脚跟为度。同时，上体随着剑的移动而向左扭转。左腿仍屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚形成左弓式，体重在左腿。眼神始终不离剑锋（图224）。

用法

对方以械击我左腿，我即以剑粘住其械，并顺势往外、往后格带而使其脱把。

200.撤步搅击

两手握剑从身后往上、往前直臂送出，下落至剑高与头顶相平，剑刃朝天地。当剑向前上方移动的同时，左脚向后撤一大步，使脚落平，腿部伸直，右腿在前屈膝前拱，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神由视剑锋转视正前方（图225）。

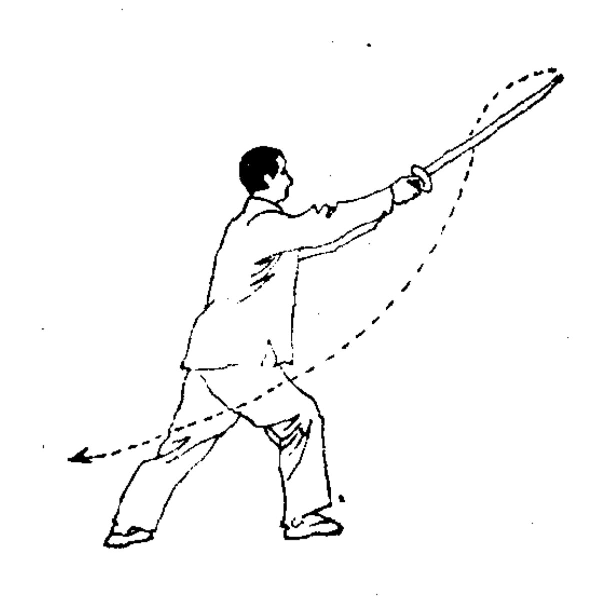


图 225

用法

对方以械击我头部，我即借撤步之劲，以剑向前迎击劈

敌头、肩、臂等部。

201.回顾尾闾

两手握剑，由剑锋引导由前向后从身体右侧走弧形线至剑锋靠近左脚脚跟。同时，随着剑的移动向右转身。右腿屈膝前拱，左腿伸直，两脚成右弓式，体重在右腿。眼神始终不离剑锋（图226）。



图 226

用法

对方以械击我右腿，我即以剑粘住敌械，顺势往外、往后格带，使敌械脱把落地。

202.撤步攖击

两手握剑从身后往前、往上直臂送出，向前下落至剑离与头顶相平，剑刃朝天地。在剑向前移动的同时，右脚由前往后撤一大步，脚落平后，腿部伸直；左腿屈膝前拱，与后腿形成左弓式，体重在左腿。眼神由剑锋转视正前方（正

东）（图227）。

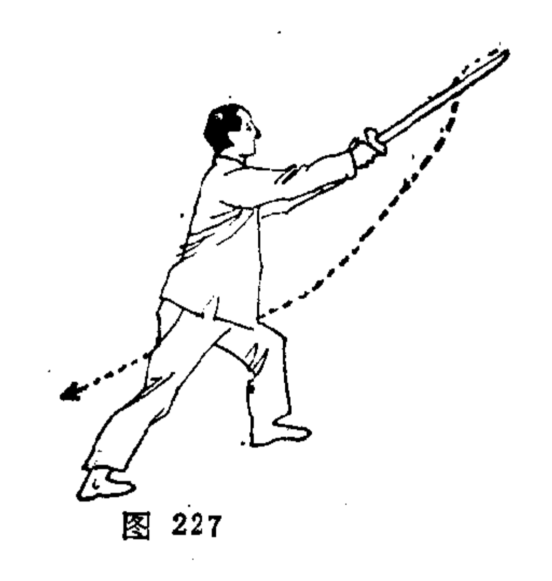


图 227

用法

对方以械击我头部，我即撤步，借其往后退步的返劲，以剑向前迎击，劈敌头、肩、臂等部。

203.回顾尾闾

两手握剑，以剑锋引导由前向后经身体左侧走弧形线，至剑锋靠近右脚脚跟。同时，上体随着剑的转动向左扭转。左脚膝盖前拱，右腿在后伸直，两脚形成左弓式，体重在左腿。眼神注视剑锋（图228）。

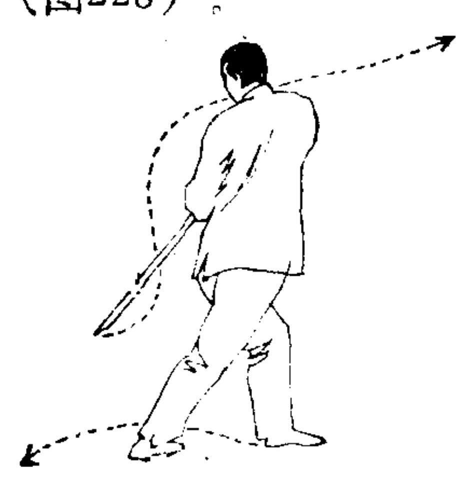


图 228

用法

对方以械击我左腿，我即以剑粘住敌械，顺势往外、往后格带使敌械脱把。

204.撤步搅击

两手握剑，从身后往上、往前直臂送出，至身前往下落，至剑高与头顶相平，剑刃朝天地。在剑向前移动的同时，左脚由前往后撤一大步，脚落平后，腿部伸直，右腿在前屈膝前拱，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神由视剑锋转视正前方（图229）。

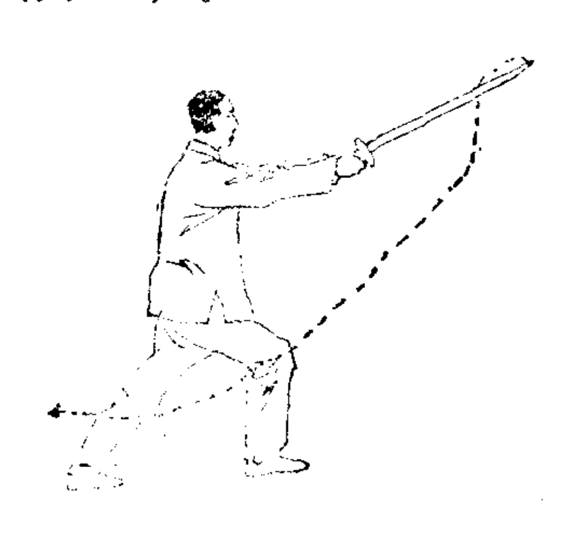


图 229

用法

对方以械击我头部，我即往后撤一步，借退步的返劲，将剑搅起来向前迎击，劈敌头、肩、臂等部。

205.回顾尾闾

两手握剑，以剑锋引导由身前走弧线，经身右侧至身后，使剑锋接近左脚脚跟。同时，上体随着剑的移动向右扭

转。右腿仍屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神始终不离剑锋（图230）。



图 230

用法

对方以械击我右腿，我即以剑粘住敌械，顺势往外、往后格带，使敌械脱把。

206.撤步搅击

两手握剑，从身后往上、往前直臂送出至身前，往下落至剑高与头顶相平，剑刃朝天地。在剑向前移动的同时，右脚往后撤一大步，脚落平后，腿部伸直；左腿仍屈膝前拱，两脚形成左弓式，体重在左腿。眼神由视剑锋转视正前方（图231）。

用法

对方以械击我头部，我即往后撤一步，借退步的返劲，将剑搅起来向前迎击，劈敌头、肩、臂等部。

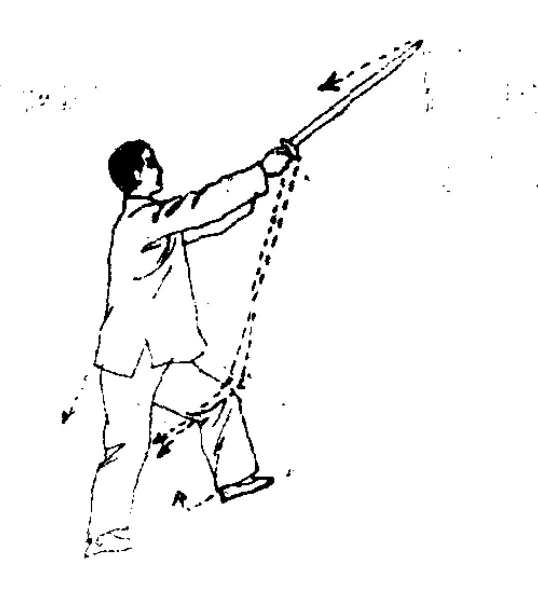


图 231

第五十二剑　白蛇吐信

207.坐步缩锋

右膝松力，往后坐身，体重寄于右腿；左腿舒直，脚跟着地，脚尖扬起。同时，两手握剑，松肩坠肘，使剑向后、向下沉落至剑镡与右膝盖相触为度，剑锋斜向前方。眼神注视剑锋（图232）。

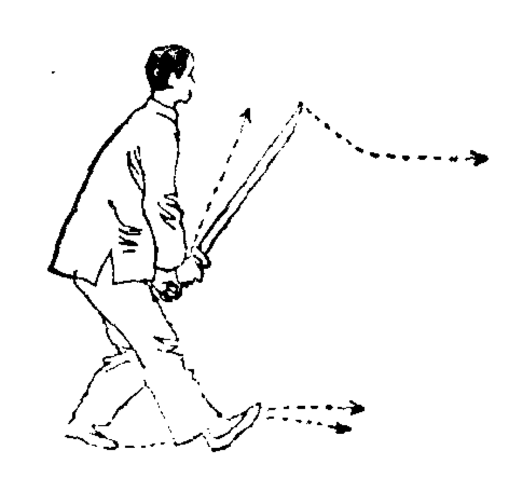


图 232

用法

对方以械击我前胸，我急缩身后退，并以剑锋向前上方迎击敌手腕。

208.钢锋上伸

左脚向前先进半步，再进大半步；右脚向前跟进一步，脚尖落在左脚跟右侧，虚着地面。两腿均挺直立起，体重在左腿。同时，两手握剑直臂向前送出，至剑锋略超过头顶为度。眼神注视剑锋（图233）。

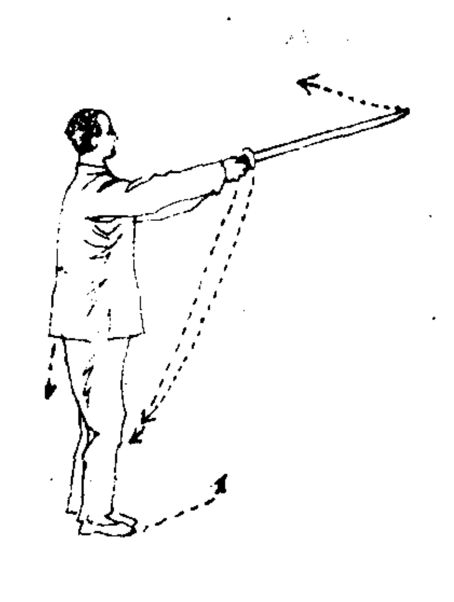


图 233

用法

对方以械击我前胸落空而抽械欲逃，我即以剑锋顺势上刺敌头面或咽喉。

209.坐步缩锋

左膝松力，屈膝略蹲；右腿向前伸出，右脚脚跟虚着地面，脚尖扬起，体重在左腿。同时，两手握剑，松肩坠肘，使剑镡向后、向下沉落，至与左膝相触为度，剑锋向前上方。眼神注视剑锋（图234）。

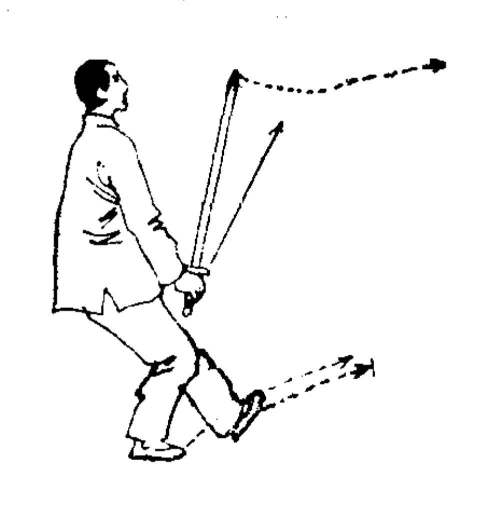


图 234

用法

对方以械击我前胸时，我即以剑锋迎击敌手腕。

210.信息平吐

右脚先向前进半步，再进大半步；左脚向前跟进一步，使脚尖落到右脚跟左侧，虚着地面。两腿均挺直立起，体重在右腿。同时，两手握剑直臂向前平送出，使剑锋不可高过肩或低于肩部。眼神注视剑锋（图235）。

用法

对方以械击我身体中部而落空欲逃，我即以剑锋顺势直刺敌前胸。

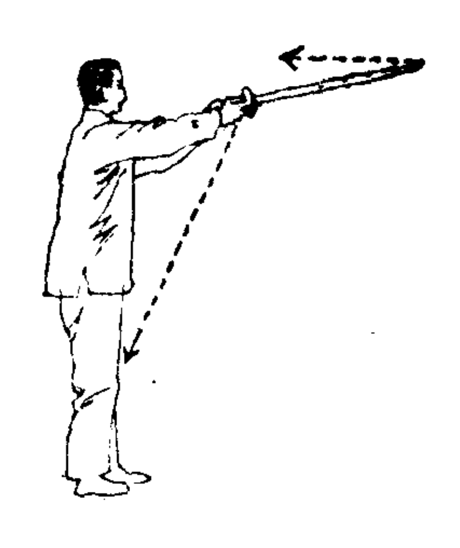


图 235

211.坐步缩锋

右膝松力，屈膝略蹲；左腿伸直向前，左脚脚跟着地，脚尖扬起，体重仍在右腿。同时，两手握剑，松肩坠肘，屈臂使剑镡向后、向下沉落至与右膝相触为度。剑锋斜向前上方。眼神注视剑锋（图236）。

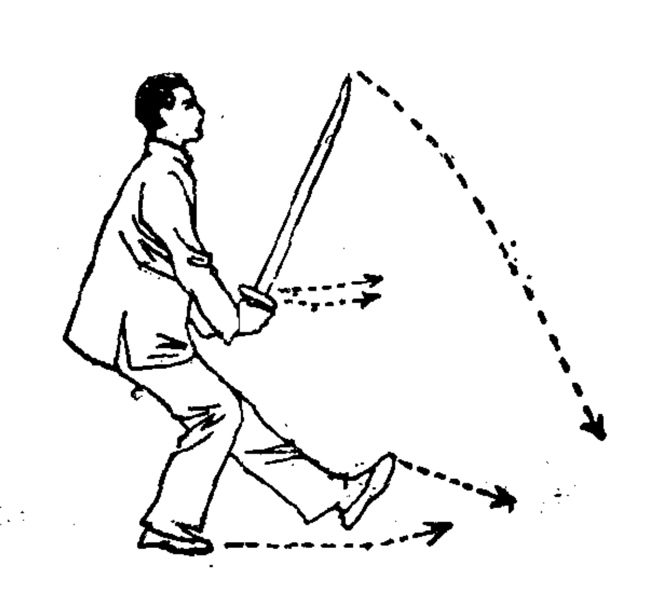


图 236

用法

对方以械击我前胸，我即坐身收腹，以剑锷格开敌械，同时以剑锋迎击敌手腕。

212.锋刺解溪

左脚向前先进半步；右脚向前跟进一步，脚尖落在左脚跟右侧，虚着地面。两脚均挺直立起，体重在左腿。同时，两手握剑直臂往下送出，至剑锋接近地面。眼神注视剑锋（图237）。

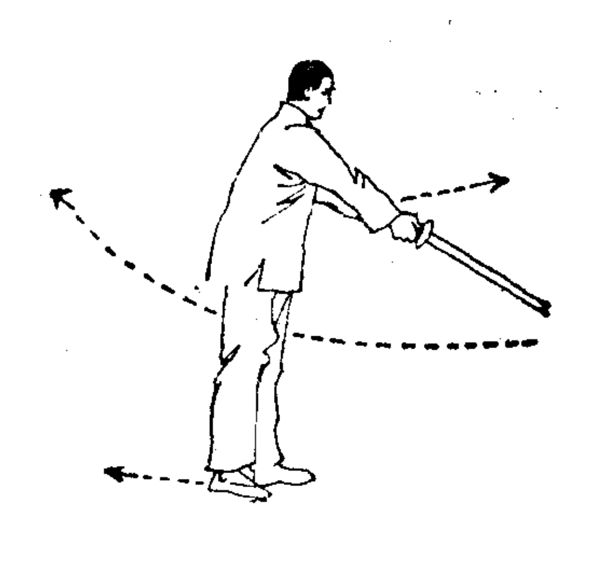


图 237

用法

对方以械击我身体上部而落空欲逃，我即以剑锋点刺敌解溪穴。

第五十三剑　云照巫山

213.回身上扫

右脚向后方（正西）撤一步，脚尖先着地，然后脚尖虚悬后转，使脚尖转向西落实。随之，屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。在右脚后撤同时，两手握剑微向前送出。随即向右转身，两手也向前后分开。右手剑手心朝下，由前（正东）向右、向后走上弧形至臂直，剑锋指向西北斜上角；左诀指朝东南斜下方伸出至臂直为度。眼神始终不离剑锋（图238）。

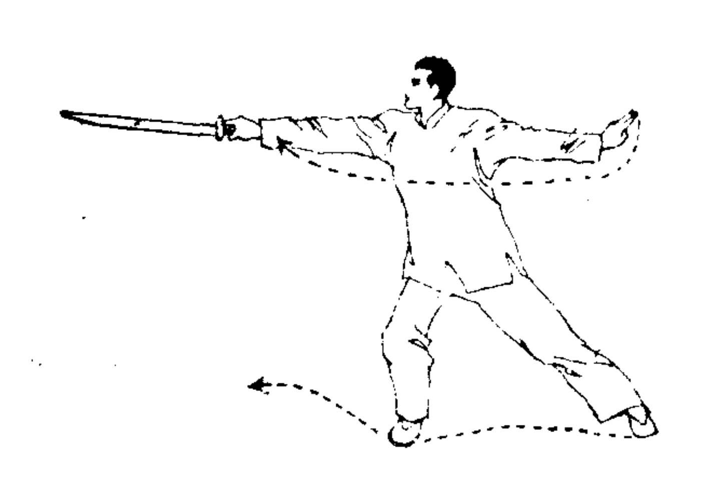


图 238

用法

对方以械从身后击我后脑，我即向后转身，并以剑拦扫敌臂腕。

214.磨身锋旋

右手剑手心翻转向上，直臂向前送出；左诀指从身后移至身前扶于右脉门处。相触之后，两手手心均朝上，立即又分向身体两侧，随同身体的转动，使剑锋由西北向右转动约

270°（即剑锋转向西南）；左诀指臂微屈指向东北。同时，左脚向前进一大步，脚尖里扣；右脚脚跟随着身体的右转而转向后，脚尖朝东偏北。两膝内侧相贴，体重移至左腿。眼神仍视剑锋（图239、图240）。

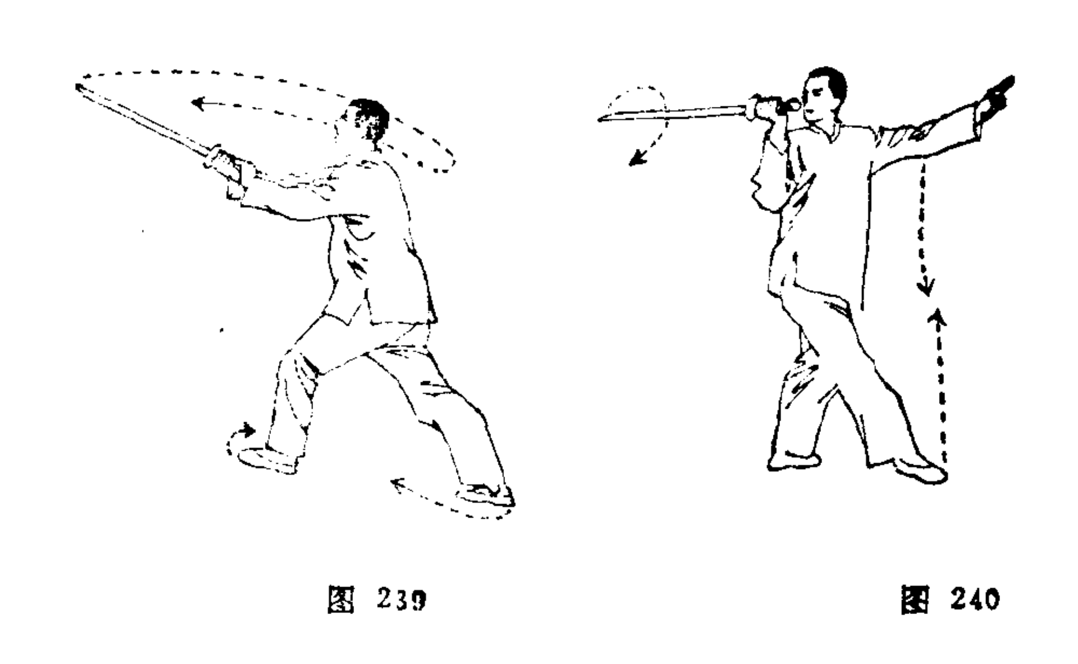


图 239　　　　图 240

用法

对方以械击我头部，我即以剑随同身体的转动而迎截斩击敌臂、腕等部。

第五十四剑　李广射石

215. 提膝藏锋

右手剑与左诀指同时松肩坠肘，屈臂靠近前胸，左诀指指向右手脉门。同时，提起右脚而垂悬不落，并以右膝盖与左肘尖相接触为度；左腿支撑体重。眼神注视剑锋（图241）。

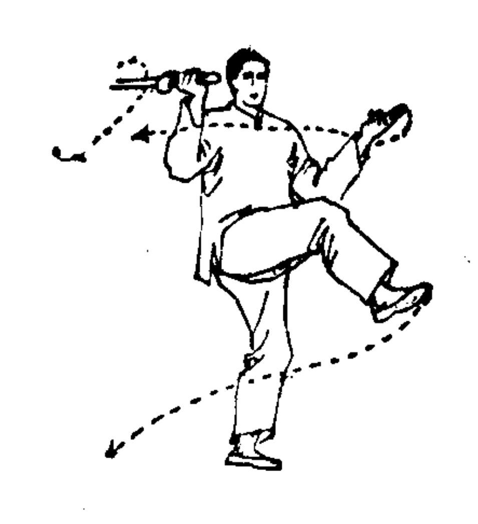


图 241

用法

对方以械击我右腿，我即将右脚提起避开敌械，并以剑锋斜刺敌头部太阳穴。

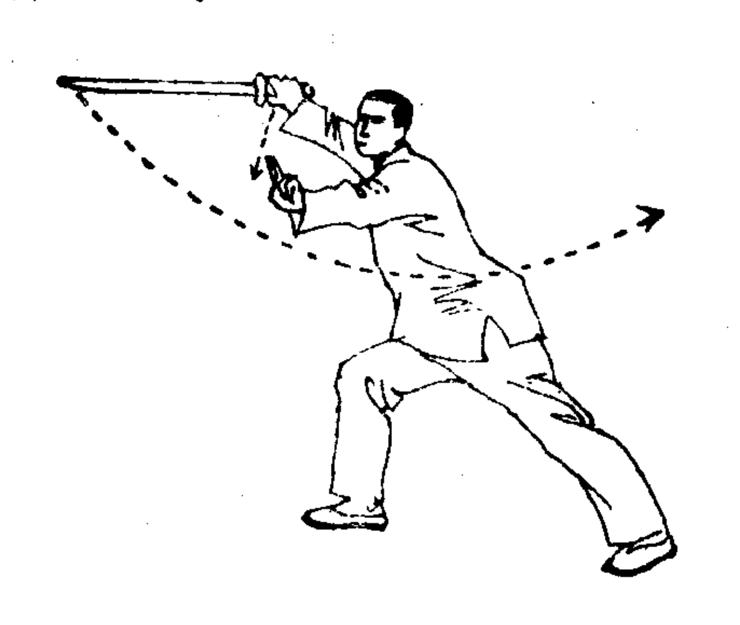


图 242

216.握弓綵矢

右手剑腕部松力，臂内旋使剑锋从右向左划一小圈。之后，将剑从右方撤回，至右手手背与右耳相对。剑锋朝前（正南），剑鐔朝后（正北）；右手手心向右，虎口朝前下

方；左诀指向前，手心朝下，虎口向右。同时，右脚朝右前方落进一步，随即屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重移于右腿。眼神注视剑锋（图242）。

用法

对方以械击我右手腕，我即臂内旋使剑锋划一小圈，挑割敌持械手腕。

第五十五剑　抱月式

217.弓步圈刺

右手剑以剑锋向左前方（东南）直臂送出，使剑锋高度和头顶相平；左诀指扶于右脉门处。同时，右腿屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成左仆步式，体重仍在右腿。眼神注视剑锋（图243）。

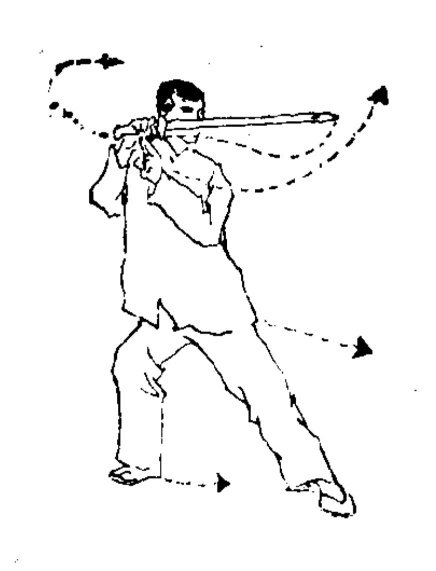


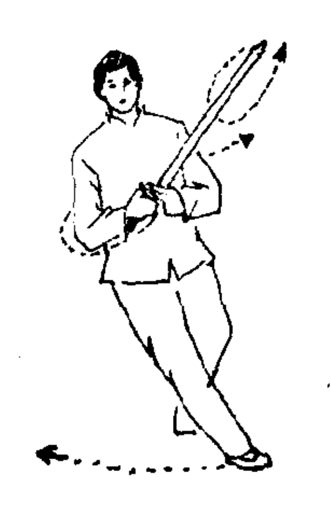
图 243

用法

对方以械击我头部，我即将身体微向右移，并以剑锋斜刺敌头部太阳穴。

218.后掤拦腰

右手剑手心向下，以剑锋引导由前向左、向后，至头顶后上方时，翻转手腕使手心向上，再由后往右、往前、往左运转至胸前，形成一平面大花；左诀指在剑运行的同时，向相反方向划一大圈，之后，仍靠近右手腕。两手手心均朝上。与此同时，左膝松力，屈膝略蹲，收右脚虚落在左脚前方，使两膝内侧相贴，体重移至左腿。眼神注视剑锋（图244、图245）。



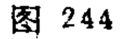


图 244

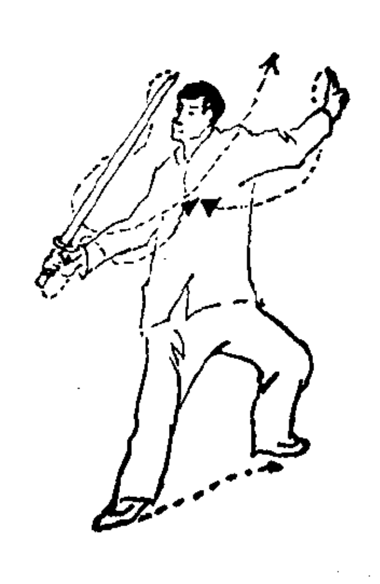


图 245

用法

对方以械击我头部，我即以剑锷粘住敌械而顺势向后格带，再将剑折回向前拦击斩敌腰部。

第五十六剑　单鞭式

219. 退步左拦

右手剑从右向左直臂送出，使剑高与肩相平，剑锷朝天地；左诀指仍扶于右脉门处。同时，左腿仍屈膝不动；右脚向右后方（正西）横开一步，形成铺步式，体重仍在左腿。眼神注视剑锋（图246）。

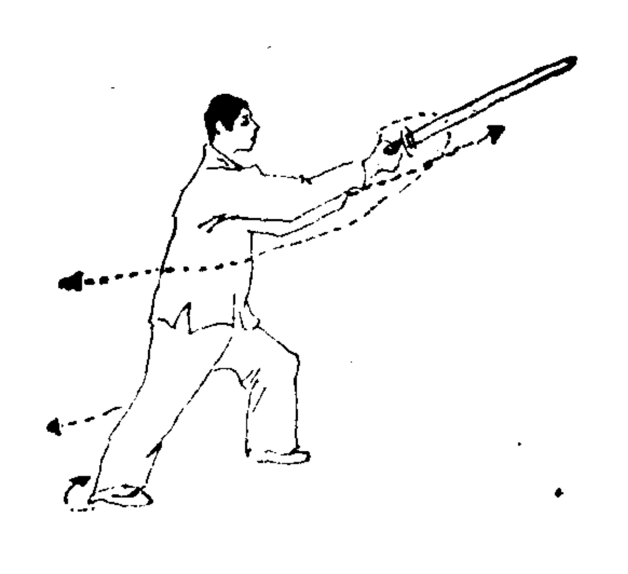


图 246

用法

对方以械击我前胸，我即向左微转身形，并以剑横拦敌

腰。

220.转身回扫

左诀指向左微移；右手剑由左往右平移，至剑锋指向正西方。左诀指与右手剑成180°的直线，两手手心均朝上。同时，右膝松力，屈膝略蹲；左腿舒直，使两脚从左铺步式变为右铺步式。体重移至右腿，眼神注视剑锋（图247）。

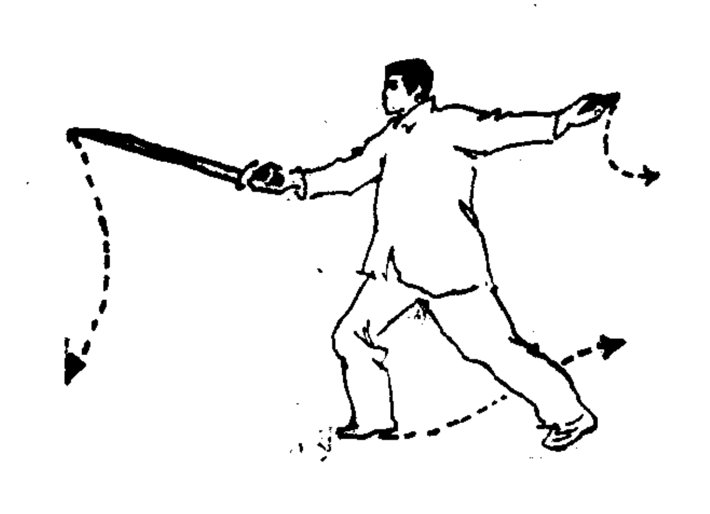


图 247

用法

对方以械击我前胸，我即侧身闪过，并以剑横扫敌腰。

第五十七剑　乌龙摆尾

221.探刺三星

右手剑臂内旋，将剑锋由上向右前（西北）下方直臂送

出，至剑锋接近地面为度；左诀指同时直臂向左后（东南）上方指出。同时，右腿仍屈膝略蹲；左腿伸直，左脚脚跟往外微开，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神注视剑锋（图248）。

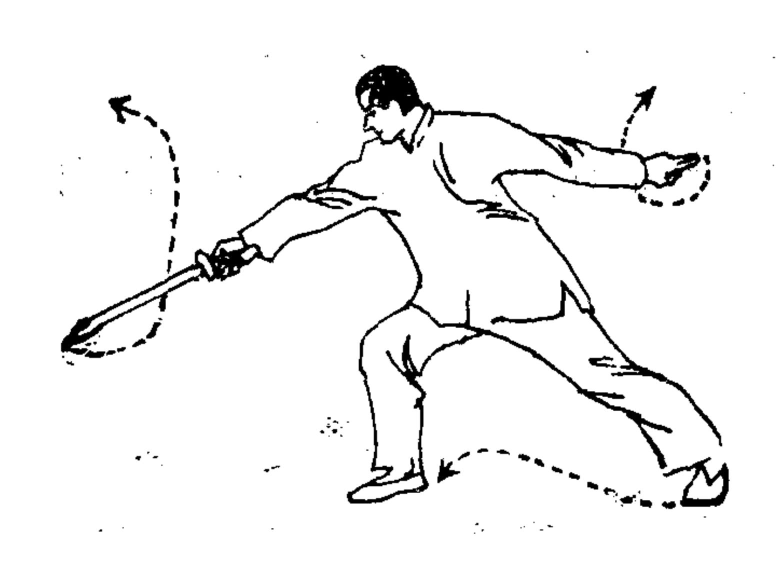


图 248

用法

对方以械击我右臂、腕，我即以剑锋探刺敌足三里穴。

222.燕翅撩腕

右手剑与左诀指同时作臂内旋，使剑向身体后上方直臂送出。左诀指朝身体左下方指向地面。两手虎口均朝下，两手心均朝后上方。同时，左脚由左向右移至右脚旁，两膝微屈略蹲，左脚脚尖虚着地面，体重在右腿。眼神注视剑锋（图249）。

用法

对方以械击我头部，我即往下蹲身避开敌械，并以剑反撩敌臂腕。

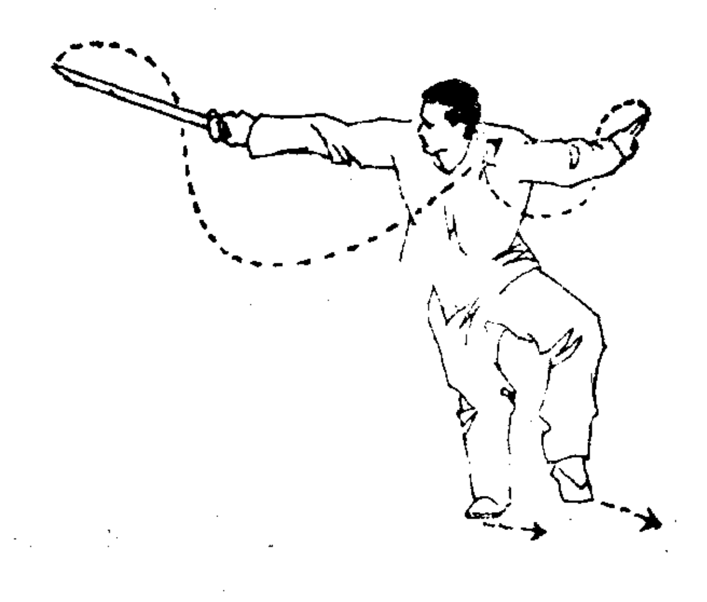


图 249

第五十八剑　鹞子穿林

223.虚步抱剑

左脚向左前方（东南）迈进一步。随之，屈膝略蹲；右脚同时跟进一步落在左脚右侧，右脚脚尖虚沾地面，体重移至左腿。同时，右手剑臂外旋，松肩、坠肘、屈臂将剑撤到胸前，再往上高举使手心和左耳前后相对，剑身要平，剑锋向西，剑鐔朝东；左诀指置于剑鐔后。眼神注视剑锋(图250)。

用法

对方以械直向我头部击来，我即以剑抹击敌臂、腕。

224.垫步穿刺

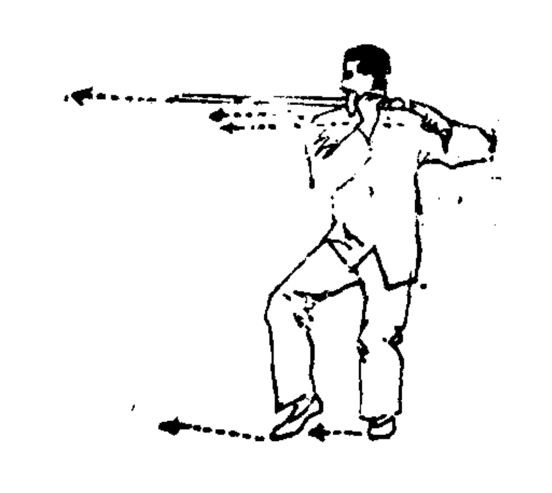


图 250

右脚向前方（正西）迈进一步，左脚随着跟并一步，体重移至右腿。同时，右手剑与左诀指仍保持前式姿态不变，随身体的移动直臂将剑送出，保持剑身成水平。眼神顺着剑锋向前平远视（图251）。

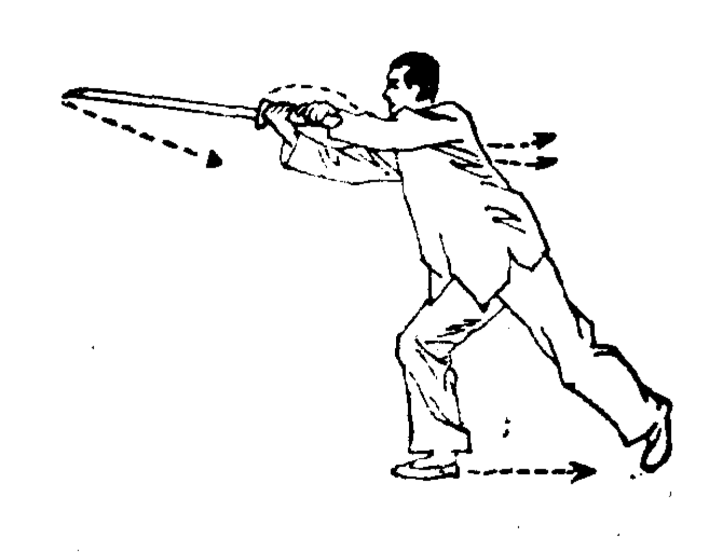


图 251

用法

对方以械击我落空而抽械欲逃，我即以剑顺势向前刺敌肩窝或前胸。

225.退避藏锋

左脚往后（正东）撤一大步，右脚也随着收回到左脚旁，脚尖虚沾地面，体重移至左腿。同时，右手剑松肩、坠肘，右手心和左耳前后对正；左诀指始终不离剑镡之后方。眼神注视剑锋（图252）。

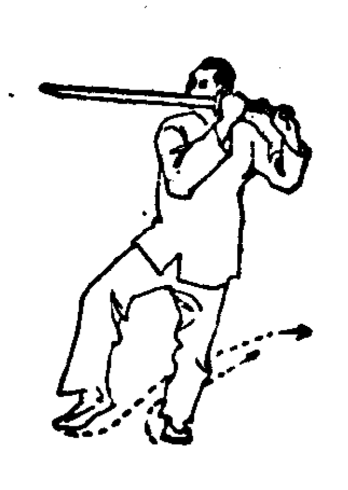


图 252

用法

对方以械击我臂、腕，我即撤步后退避开其械，并以剑趁势带击敌臂、腕。

226.外挂上掤

右脚朝右后方（东北）撤一大步，左脚也同时收回和右脚靠拢，脚尖虚沾地面；右膝微屈略蹲，体重移至右腿。同时，右手剑先朝右后下方撤回，之后再往上方提举，至右手手背与鼻尖前后对正为度。剑身成水平，剑锋朝西，剑镡朝东；左诀指始终不离右脉门处。眼神注视剑锋（图253）。

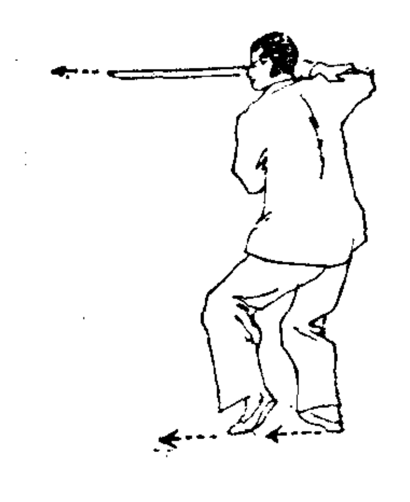


图 253

对方以械击我右腿，我即退步沉剑下格避之；敌复击我头部，我即提剑格击敌臂、腕。

227. 飞身前刺

左脚蹬地，使身体自动向前方（正西）迈进一大步。随之，屈膝略蹲；右脚同时跟进一步落到左脚旁，脚尖虚着地面，体重在左腿。同时，右手剑保持上动姿态不变，直臂向前送出；左诀指始终不离右脉门处。眼神注视剑锋(图254)。

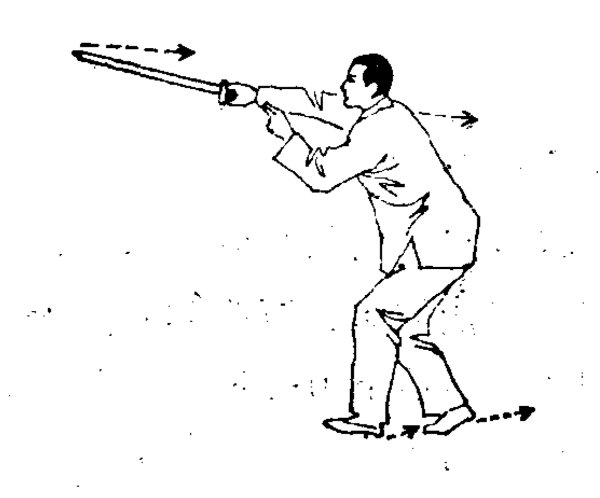


图 254

用法

对方以械击我落空而欲抽械换式，我即乘机前进以剑直刺敌目。

228.避锐柔锋

左脚蹬地，使身体自动向后退却一步。右脚先着地，左脚紧跟落到右脚旁，脚尖虚沾地面，两膝微屈略蹲，体重寄于右腿。同时，右手剑屈臂往后上方微提，使右手背靠近右额角。剑身仍保持水平。剑锋向左，剑镡向右。左诀指不离右脉门处。眼神注视剑锋（图255）。



图 255

用法

对方以械击我右臂、腕，我即抽身退步，并屈臂往后上方以剑横格带击敌臂、腕。

第五十九剑　进步中刺

229.盖步穿刺

右手剑以剑锋引导，从右向左前下方直臂送出。之后，松肩坠肘，使手臂贴近左膝盖，剑身成水平。剑锋朝西，剑鐔朝东；左诀指仍扶右脉门处。同时，左脚向左前方迈进一步，脚跟先着地，脚尖外摆向南落平。随之，屈膝略蹲；右腿也屈膝向前以膝盖抵住左腿腘窝，脚跟扬起，脚尖着地，两脚形成盖步（歇步），体重在左腿。眼神顺剑锋所指方向向前平视（图256）。



图 256

用法

对方以械击我身体下部，我即以剑截刺敌臂、腕。

230.半马直刺

右脚向前方（正西）直刺一步，以右膝盖前拱，不越过踝骨为度；左腿仍屈膝前拱，两脚形成半马裆步，体重仍在左腿。同时，右手剑直臂送出；左诀指成反方向直臂往后（正东）伸展。眼神注视剑锋（图257）。

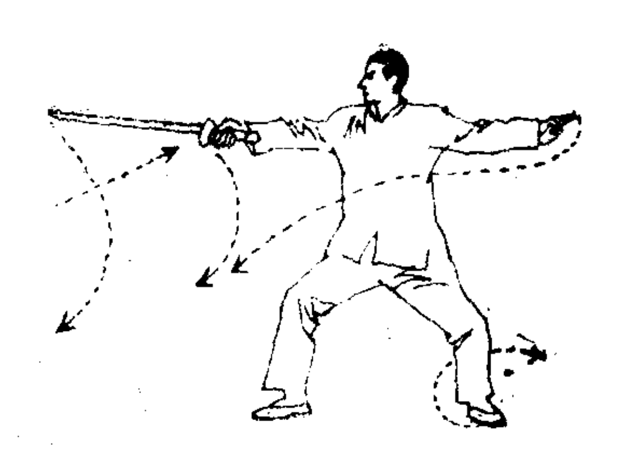


图 257

用法

对方以械击我落空而变换招式，我即趁势前进以剑直刺敌前胸或肋间。

第六十剑 农夫着锄

231.伏身沉剑

右手剑手心转向下，由右向左沉落到左膝前时，再往右膝前方移动至剑身与右膝相平为度；左诀指仍扶于右脉门处。同时，右脚向右后方（东北）撤一大步。两手持剑随身向右后方转至面朝北，右膝微屈前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神始终不离剑锋(图258、图259)。

用法

对方以械击我腿部，我即退步并以剑拦击敌腿部。

232.挑旗听风

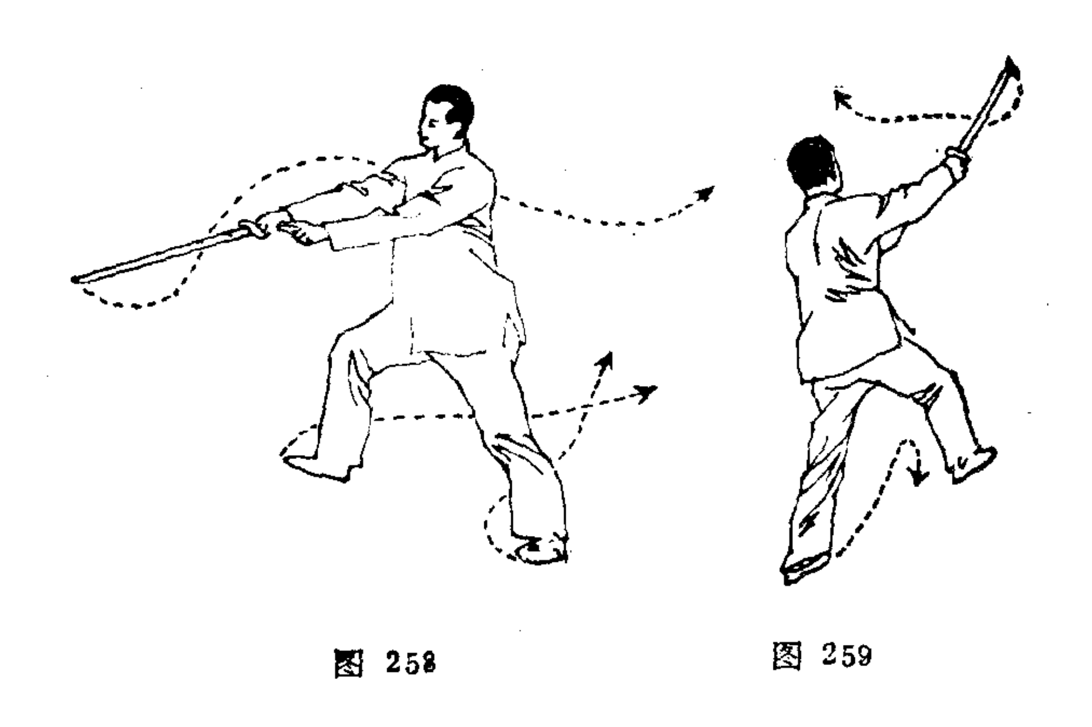


图 258　　　　图 259

右手剑以剑锋引导，向上方移动直臂上伸；左诀指屈臂以指尖指向剑镡。同时，右脚直立支撑体重；左脚屈膝提起垂悬不落。眼神朝左前方（正西）平远视（图260）。



图 260

用法

对方以械击我前胸，我即以剑挑击敌身或格击敌臂、腕。

233.回钩前劈

右手剑以剑锋引导，由上向左、向下、向后折回反向上、向前(正西)直臂送出，剑高与头平；左诀指仍扶右脉门处。同时，左脚向左前方落进一步，脚尖外摆，腿直立（此时剑往回钩），继之右脚向前迈进一步，随即屈膝前拱，左腿在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。眼神注视剑锋（图261 图262）。

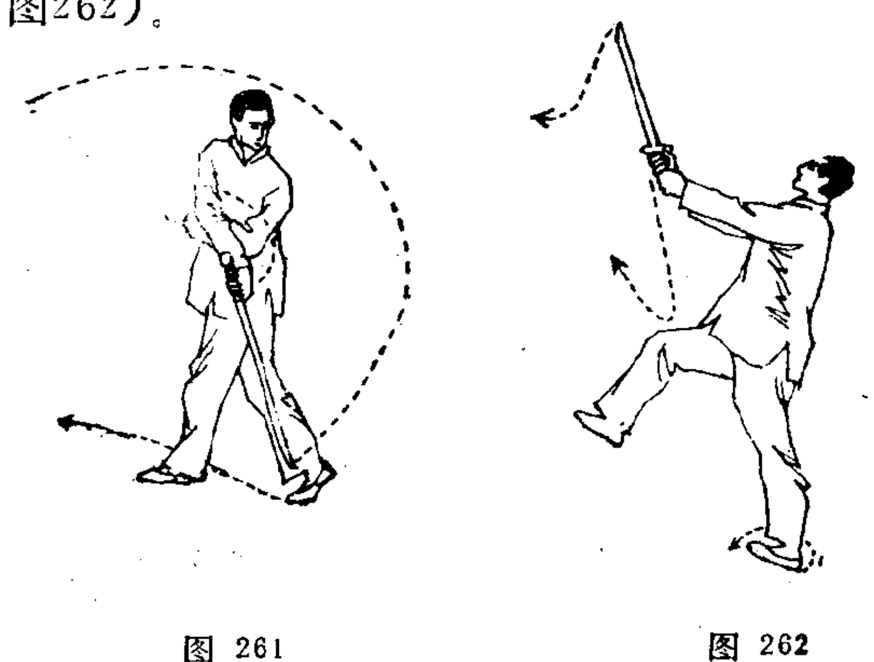


图 261　　图 262

用法

对方以械击我下部，我先以剑往回钩挂格开敌械，再挥剑向前劈敌头部。

234.半马前刺

左膝松力，往后坐身，以左膝与左脚尖成上下垂直；右膝与右脚踝骨成垂直。两脚形成半马裆步，体重在后脚占

70%力量，前脚占30%力量。同时，右手剑屈臂向后、向下沉落；至手背靠近右膝内侧相触后，再往前直臂送出，使剑高与肋相平；左诀指随剑前进的同时，往后直臂伸展；两手虎口朝天。眼神顺剑锋所指方向往前平远视（图263、图264）。

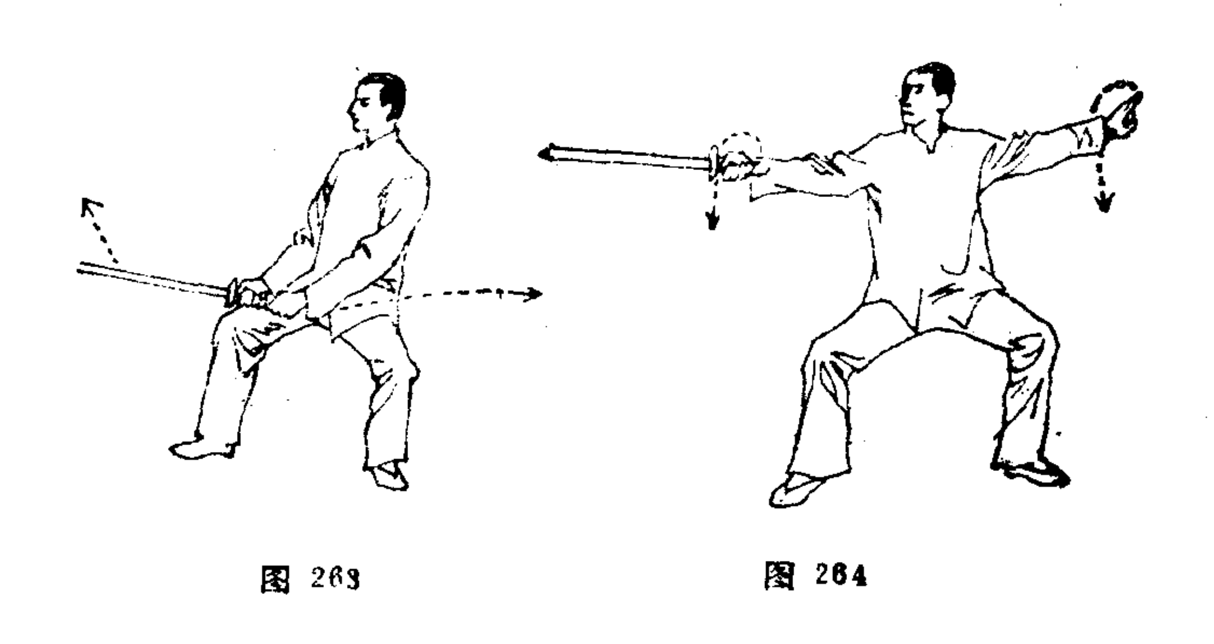


图 263　　图 264

用法

对方以械击我前胸，我先以剑粘住敌械往回一带，再以剑直刺敌胸、肋等部。

第六十一剑　钩挂带回

235.马裆铸钎

两腿直立，长身，两臂内旋，左诀指下指；右手剑以剑锋引导，由前向下，向左往上直立，使剑靠近身体左前方，右

手心向里，剑锋朝天，剑鐔朝地；左诀指仍扶于右脉门处。同时，右脚尖里扣，两膝微屈略蹲，形成蹲裆骑马式，体重平均在两腿。眼神注视剑锋（图265、图266）。

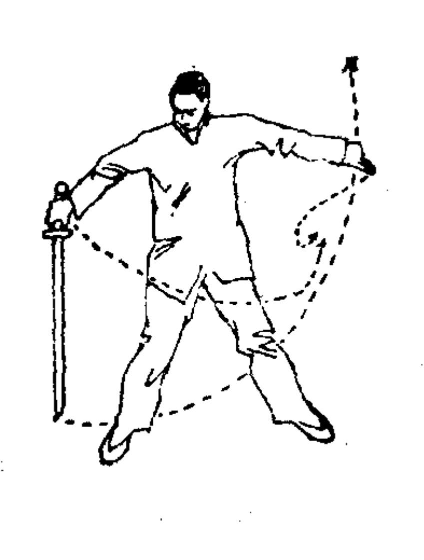


图 265

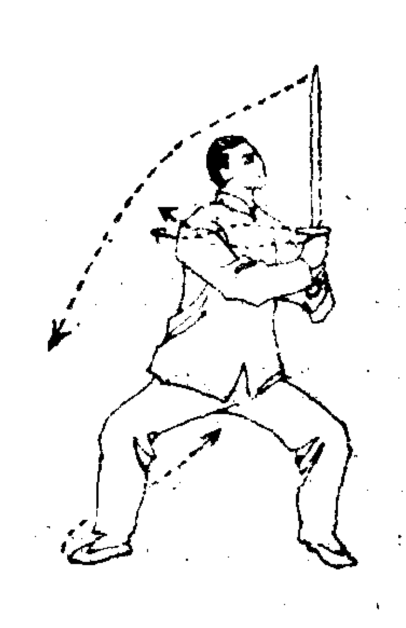


图 266

用法

对方以械击我右腿，我即以剑向下竖直格开敌械，再扬起剑锋刺敌下部。

236.提膝外挂

右脚蹬地，屈膝提起而垂悬不落；左脚单腿支撑体重。同时，右手剑以剑锋引导，由上向右、向下、使剑身靠近右腿右侧。剑鐔朝天，剑锋朝地，上下垂直。左诀指不离右脉门处。眼神注视剑锋（图267）。

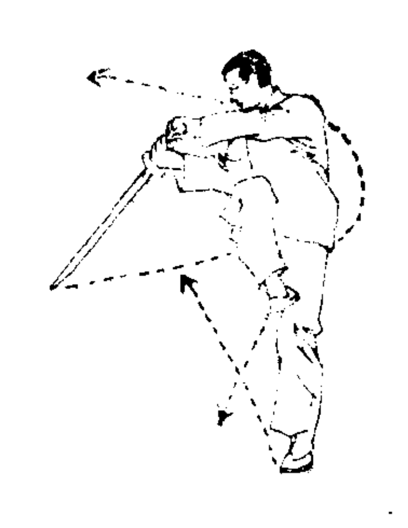


图 267

用法：对方以械击我右肩，我右脚蹬地起身并以剑镡向外提挂，化开敌械再趁势进攻。

237.摇臂劈顶

右手剑以剑锋引导，由下向后经身体右侧，再屈臂翻腕将剑由下反向上、向前往身前下落，落到和头顶相平为度；左诀指的运转动作和剑的运行动作相同，只是在身体两侧运转不同而已。最后，左诀指仍扶右脉门处。与此同时，右脚向右前方落进一步，即以此单腿支撑体重；左脚随之屈膝抬起而垂悬不落。眼神注视剑锋前方（图268）。



图 268

用法

对方以械击我腿部，我即越步避开，并以剑绞劈敌头部。

238. 转身入海

右手剑和左诀指仍不分离，以剑鐔引导朝右脚跟方向沉落，最后落至左脚外侧旁。同时，右脚以前脚掌作轴使身体由面西转向面东；左脚落到右脚旁，形成并步式。上体下蹲，体重寄于左腿。眼神窥视剑锋（此时，剑身斜置身体左前方，剑锋朝西北斜上方，剑鐔朝东南斜下方）（图269）。

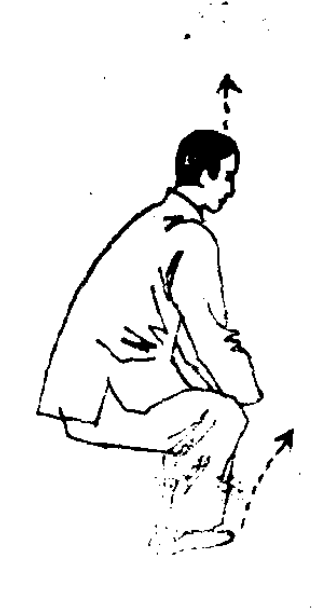


图 269

用法

对方以械击我头部，我即转身下蹲避开敌械，并趁敌身前倾之际，以剑锋向身后倒刺敌身。

第六十二剑　托梁换柱

239.提膝扬镡

右手剑交于左手之后，捏好剑诀；左手接过剑握好之后，使剑镡向上扬举，超过头顶；右诀指直臂下伸。同时，左脚蹬地，上体直立，单腿支撑体重；右脚随之屈膝提起而垂悬不落。眼神平视前方（正东）（图270）。



图 270

用法

对方以械击我头部，我即以剑镡上扬，迎击敌臂、腕等部。

240.换步举鼎

右脚垂直下落，落地同时提起左脚垂悬不落，更换右腿支撑体重。同时，左手剑继续上举；右诀指以向下沉劲来托左膝上顶劲。眼神仍视前方（图271）。

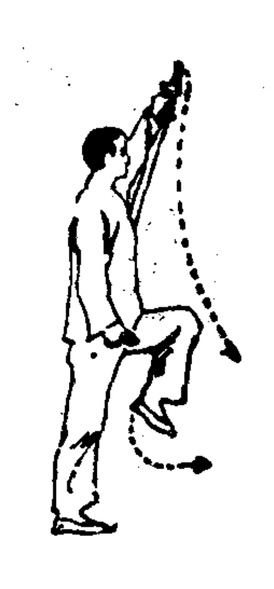


图 271

用法

对方以械扫击我实腿，我即先更换步法，避开敌械．然后，以剑戳击敌腋下或下额等部。

第六十三剑　金针指南

241.剑镡坠落

右诀指屈臂上举，使右手虎口靠近右耳孔；左手剑由上朝左前方（东北）向下坠落，落至左膝外侧前上方。左手手心朝外，虎口朝后下方，剑鐔朝东北斜下方，剑锋朝西斜上方。同时，右腿屈膝下蹲，左腿舒直，脚跟着地,脚尖翘起，两脚形成右坐步式，体重在右 腿。眼神 注视剑鐔(图272)。

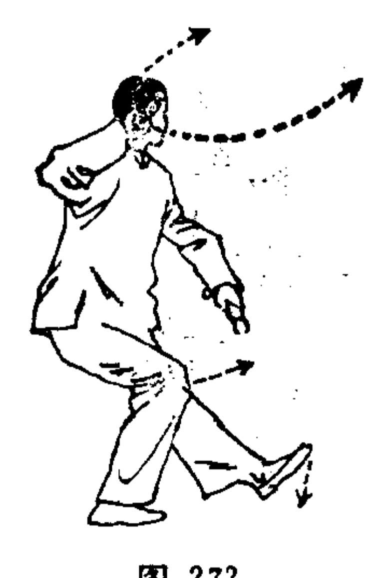


图 272

用法

对方以械击我右腿，我即以剑鐔往外格开敌械，并待机发招进攻。

242.弓步探臂

左脚逐渐落实，随即屈膝前拱，右腿在后伸直，两脚形成左弓式，体重在左腿。同时，右诀指朝左前方（东北）直臂伸展；左手剑以剑鐔直臂往下沉坠，使手背贴近左胯外侧。眼神注视诀指的前方（图273）。

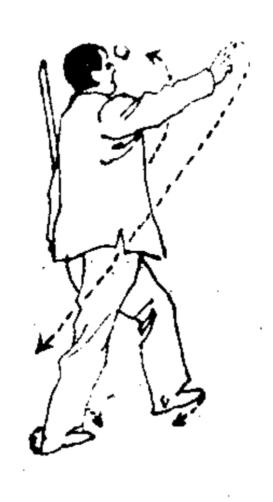


图 273

用法

对方以械击我身体下部，我即以剑鐔向下往外格开敌械，同时，进步欺身并以诀指戳点敌腋下神经。

243. 回身横拨

右诀指由左前方往右后方移动，至身体右侧前下方，手心朝下，指尖朝前；左手剑松肩坠肘，屈臂上举使剑鐔前朝上方，剑锋朝后下方，手心朝外上方，虎口靠近耳孔。同时，左脚脚尖里扣；随即屈膝略蹲，右脚跟虚悬后转，之后，即以脚跟着地，脚尖翘起，两脚形成坐步式，体重在左腿，眼神注视诀指（图274）。



图 274

用法

对方以械从身后击我腰部，我即速转身体朝向对方，以诀指横拨敌臂，或以诀指戳点敌肋。

244. 弓步鐔击

右脚逐渐落实，随即屈膝前拱；右脚在后伸直，两脚形成右弓式，体重在右腿。同时，左手剑以剑鐔向右前方（西南）平送出，至剑高与肩相平，使手心朝外上方，虎口朝下；使剑锷紧贴小臂内侧，剑刃朝天地，剑鐔朝右前上方，剑锋朝左下方；右诀指指尖朝前，手心朝下，使右臂微屈自然下垂，靠近右胯外侧。眼神注视剑鐔前方（图275）。

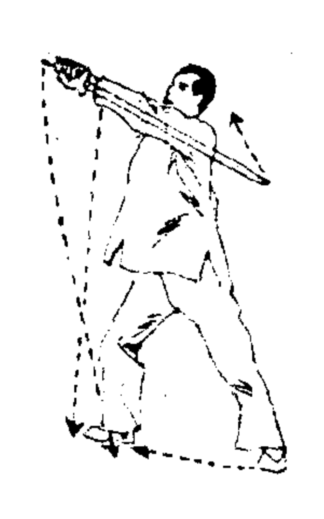


图 275

用法

对方以械击我腹部，我即以诀指趁敌来势而相应格开其持械手臂；再进步欺身，以剑鐔戳点敌腋下神经。

第六十四剑　并步归原

245.四肢集中

右脚不动，左脚向前迈进一步与右脚靠拢形成并步，体重

仍在右腿。同时，左诀指向右脚大趾位置集中；左手剑以剑镡引导也向右脚大趾上沉落。此时，两手、两脚聚集一点，产生出一个整劲。眼神注视身体前下方（图276）。

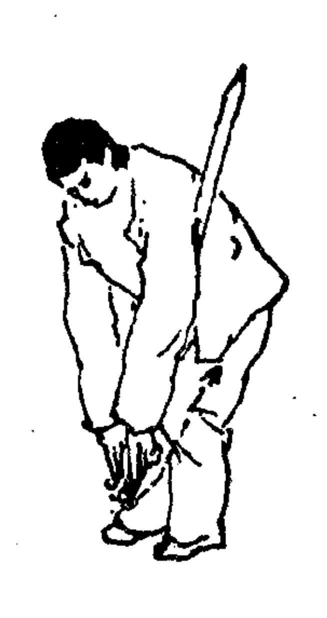


图 278

用法

对方以械击我上部，我即以剑镡和诀指连同步法汇集成一个整劲，朝敌下部进攻。

246.诀指上捆

左手反握剑柄，使手背紧贴左胯外侧，直臂下垂，剑刃向前后，剑锋朝天，剑镡朝地；右诀指手心向外以指甲沿剑锷外侧由下向上捆起，呈左眉梢时手心翻转朝天，继续向上、向左移动，至与右眉梢成上下垂直，再直臂上托。同时，两脚仍靠拢成并步，两腿内侧贴紧直立，眼神注视左前方（东南）（图277、图278）。



图 277

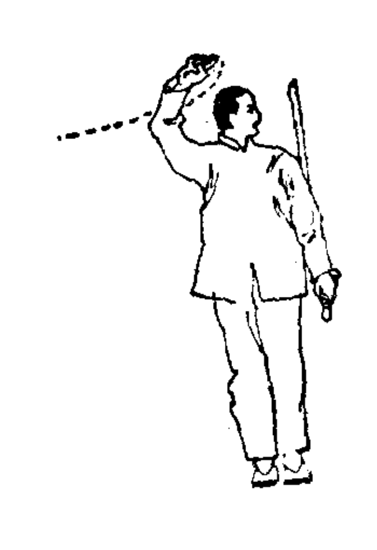


图 278

用法

对方以械击我上部，我即伏身前进，欺身粘住敌持械手臂，以诀指戳点敌腋下神经或其它穴道。

247.右臂右伸

两眼从左前方转而向前、向右平远视。同时，右诀指也由上向右、向下落至身体右方直臂伸展，高与肩平；左手剑形式不变，只将剑镡在原位置加一点下沉劲；两脚重心再移到右脚上，单腿支撑体重（图279）。

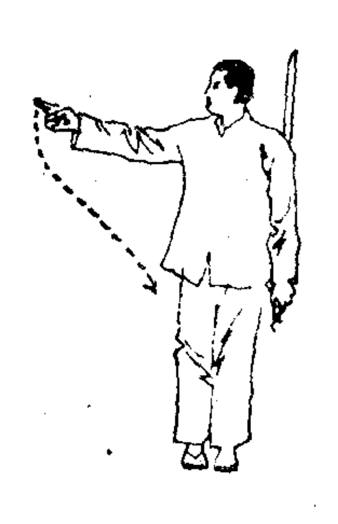


图 279

用法

对方以械击我前胸，我即以诀指粘住敌持械臂膀，随着转身的劲，将敌往上、往外甩出。

248.右诀下垂

两眼从右向左前方（东南）平远视。左手剑仍保持原势不变；右诀指在眼神移动的同时，自然下垂落至手腕靠近右胯旁，手心向下，指尖朝前。两脚仍保持并步姿态，而将体重换到左腿上，但在外形上不显为要。



图 280

用法

对方以械击我前胸，我即转身形，用身体右侧紧贴敌持械臂内侧，随即右臂下落紧贴其臂膀外侧。然后，变换重心，将敌扭摔出去。

归 原 式

249.收剑入匣

左手仍反握宝剑，从左胯旁往身体前方提起，使剑镡对正膻中穴，剑锋斜向身体左右下方；右诀指变掌也反握剑柄与左手手心相互斜对。两臂同时松肩坠肘，形成屈臂持剑还原，以作收剑入匣式。此时，两脚由并步向前开步走，回到原来位置（此式虽是最后一个收式动作，也可将它作为一个开式动作）（图281）。



图 281

{
"filename": "5ZC05byP5aSq5p6B5ouzXzEwODI4OTE4LnppcA==",
"filename_decoded": "\u5434\u5f0f\u592a\u6781\u62f3_10828918.zip",
"filesize": 7230004,
"md5": "4fd286e64db7f373a18a7066e3b6de8a",
"header_md5": "37d2841bbf593b1eeb42cd55ef21d815",
"sha1": "22146faca93a8a9e0d5687ca4549f72457342ee3",
"sha256": "4e3957587d3790650fb0f1b704945766968265a30be9666232571dd565ca1255",
"crc32": 3074137849,
"zip_password": "",
"uncompressed_size": 7308492,
"pdg_dir_name": "\u256c\u0393\u2569\u255c\u2560\u00bd\u255d\u00bd\u255a\u00a1_10828918",
"pdg_main_pages_found": 218,
"pdg_main_pages_max": 218,
"total_pages": 227,
"total_pixels": 749419520,
"pdf_generation_missing_pages": false
}